

FACULTÉ DE MÉDECINE DE PARIS.

Année 1910

THÈSE

N° 298

POUR LE

DOCTORAT EN MÉDECINE

PAR

M. Henri ROUYER

Ancien externe des hôpitaux de Paris

Médaille de bronze de l'Assistance publique

Médaille d'honneur des épidémies.

Né à Grignon (Côte-d'Or), le 29 Mars 1883.

QUELQUES CONSIDÉRATIONS
SUR LES EXERCICES PHYSIQUES
DE LA JEUNESSE DES ÉCOLES

Président : M. HUTINEL, Professeur

PARIS

G. STEINHEIL, ÉDITEUR

2, RUE CASIMIR-DELAVIGNE, 2

1910

UNIVERSITÉ DE PARIS. — FACULTÉ DE MÉDECINE

Doyen.....	M.	LANDOUZY.
Professeurs.....	MM.	
Anatomie.....	NICOLAS	
Physiologie.....	CH. RICHEL.	
Physique médicale.....	GARIEL.	
Chimie organique et chimie minérale.....	GAUTIER.	
Parasitologie et Histoire naturelle médicale.....	R. BLANCHARD.	
Pathologie et thérapeutique générales.....	ACHARD.	
Pathologie médicale.....	DEJERINE.	
Pathologie chirurgicale.....	WIDAL.	
Anatomie pathologique.....	LANNELONGUE.	
Histologie.....	MARIE (PIERRE).	
Opérations et appareils.....	PRENANT.	
Pharmacologie et matière médicale.....	HARTMANN.	
Thérapeutique.....	POUCHET.	
Hygiène.....	GILBERT.	
Médecine légale.....	CHANTEMESSE.	
Histoire de la médecine et de la chirurgie.....	THOINOT.	
Pathologie expérimentale et comparée.....	CHAUFFARD.	
	ROGER.	
Clinique médicale.....	HAYEM.	
	DIEULAFOY.	
	DEBOVE.	
	LANDOUZY.	
	HUTINEL.	
Clinique des maladies des enfants.....	BALLET (GILBERT).	
Clinique de pathologie mentale et des maladies de l'encéphale.....	GAUCHER.	
Clinique des maladies cutanées et syphilitiques....	RAYMOND.	
Clinique des maladies du système nerveux.....	QUENU.	
	RECLUS.	
Clinique chirurgicale.....	SEGOND.	
	DELBET.	
Clinique ophtalmologique.....	DE LAPERSONNE.	
Clinique des maladies des voies urinaires.....	ALBARRAN.	
	PINARD.	
Clinique d'accouchements.....	BAR.	
	RIBEMONT-DESSAIGNES.	
Clinique gynécologique.....	POZZI.	
Clinique chirurgicale infantile.....	KIR MISSON.	
Clinique thérapeutique.....	ROBIN.	
MM.	Agrégés en exercice :	
AUVRAY.	CUNÉO.	LAUNOIS.
BALTHAZARD.	DEMELIN.	LECÈNE.
BEZANÇON.	DESGREZ.	LEGRY.
BRANCA.	DUVAL.	LENORMANT.
BRINDEAU.	GOSSET.	LOEPER.
BROCA (ANDRÉ).	GOUGET.	MACAIGNE.
BRUMPT.	JEAN NIN.	MAILLARD.
CARNOT.	JEANSELME.	MARION.
CASTAIGNE.	JOUSSET.	MORESTIN.
CLAUDE.	LABBÉ.	MULON.
COUVELAIRE.	LANGLOIS.	NICLOUX.
		NOBÉCOURT.
		OMBREDANNE.
		POTOCKI.
		PROUST.
		RENON.
		RICHAUD.
		RIEFFEL.
		SICARD.
		ZIMMERN.

Secrétaire de la Faculté : DESTOUCHES.

Par délibération en date du 9 décembre 1798, l'École a arrêté que les opinions émises dans les dissertations qui lui seront présentées, doivent être considérées comme propres à leurs auteurs, et qu'elle n'entend leur donner aucune approbation ni improbation.

A LA MÉMOIRE DE MON GRAND-PÈRE

LE DOCTEUR CHARLES SEBILLOTTE

MÉDECIN DE L'HOSPICE D'ALISE-SAINTE-REINE

A MON PÈRE

A MA MÈRE

A MON ONCLE

LE DOCTEUR RICHARD SEBILLOTTE

PRÉSIDENT DU CONSEIL GÉNÉRAL

DES SOCIÉTÉS MÉDICALES D'ARRONDISSEMENTS DE LA SEINE

MEIS ET AMICIS

Digitized by the Internet Archive
in 2026

A MES MAITRES DANS LES HOPITAUX

MM. LE DOCTEUR PICQUÉ, chirurgien de l'Hôpital Bichat (1903).

LE DOCTEUR SIREDEY, médecin de l'Hôpital Saint-Antoine (1904-1905).

LE DOCTEUR CAMPENON, professeur agrégé, chirurgien de l'Hôpital de la Charité (1905-1906).

LE DOCTEUR LEPAGE, professeur agrégé, accoucheur de la Maternité de la Pitié (1906).

LE PROFESSEUR LANDOUZY, médecin de l'Hôpital Laennec (1907).

LE DOCTEUR SALOMON, chef de clinique de la Faculté (1907).

LE PROFESSEUR HUTINEL, médecin de l'Hospice des Enfants assistés (1907-1908).

LE DOCTEUR DARIER, médecin de l'Hôpital Broca (1908).

LE DOCTEUR BARIÉ, médecin de l'Hôpital Laennec (1908-1909).

LE DOCTEUR NOBÉCOURT, professeur agrégé, médecin des Hôpitaux (1908-1910).

AVANT PROPOS

L'intérêt qui s'attache à tout ce qui touche la santé intellectuelle et physique des enfants, va sans cesse grandissant. Aussi depuis quelques années l'hygiène scolaire a-t-elle conquis de nombreux adeptes. Parti de l'initiative des médecins ce mouvement tend à gagner de plus en plus les pouvoirs publics, les maîtres et les familles.

L'éducation physique en particulier est plus que jamais à l'ordre du jour. C'est ainsi qu'il n'est pas un Congrès médical ou un des côtés de ce vaste chapitre d'hygiène scolaire ne soit traité. C'était hier le Congrès de physiothérapie, ce sera demain le III^e Congrès international d'Hygiène scolaire.

Au Conseil municipal de la ville de Paris l'exercice physique des enfants des écoles fut à de nombreuses reprises l'objet d'importantes discussions. Dernièrement y était discuté et résolu l'importante question de la Réorganisation de l'Inspection médicale des écoles; et, à la suite du rapport si documenté du D^r Guibert, était décrété le recrutement au concours des médecins-inspecteurs.

Ce mouvement aura tôt ou tard sa répercussion au Parlement, puisque M. Gaston Doumergue, ministre de l'Instruction publique vient de déposer sur le bureau de la Chambre un projet relatif à l'inspection des établissements d'instruction primaire publics, et privés au point de vue médical par les médecins-inspecteurs communaux et départementaux. Ce projet a pour but de régulariser le fonctionnement de l'inspection médicale prévue dans la loi du 30 octobre 1886

surl'enseignement primaire, mais dont les règles n'ont jamais été déterminé par aucun texte précis.

Depuis le mois de novembre 1908 est déposé sur le bureau de la Chambre un projet de loi du Dr Lachaud sur l'éducation physique et la préparation militaire, projet dont il faut souhaiter la discussion et l'adoption prochaine.

La Ligue des Médecins et des familles fondée par le Dr Mathieu en 1902, recherche par tous les moyens l'amélioration de l'hygiène physique et intellectuelle dans les écoles. Chaque année, elle traite de ces importantes questions dans une série de conférences destinées aux médecins, aux maîtres et aux familles.

Tout récemment enfin vient de se fonder à Paris, sous la direction du professeur Gilbert, la section de la Seine de la Ligue française d'éducation physique. L'objet de la ligue est de mettre tout en œuvre pour développer la santé, la beauté, la force et l'adresse de l'enfance et de l'adolescence scolaires et post-scolaires des deux sexes par une éducation physique rationnelle.

Nous pourrions multiplier les citations qui montreraient combien sont nombreuses les manifestations dans ce même ordre d'idée. Celles-ci suffiront, ce nous semble, à en montrer toute l'importance.

Appelé de notre côté par notre oncle le Dr Sebillotte à collaborer à l'enseignement des exercices de gymnastique respiratoire donné au Dispensaire Emile Loubet, nous avons été amené peu à peu à nous intéresser à la gymnastique considérée comme agent de thérapeutique curative et préventive.

C'est alors qu'initié au grand mouvement d'idées qui agitait le corps médical, les corps constitués et le public même touchant l'éducation physique, nous nous sommes attachés à cette étude et plus spécialement à celle des exercices physiques des enfants des écoles.

De notre année d'externat passée à l'Hospice des Enfants-Assistés dans le service de notre maître le P^r Hutinel, que nous remercions de l'honneur qu'il nous fait en présidant notre thèse, nous avons conservé une sorte de prédilection pour tout ce qui touché à l'enfance. C'est donc avec le plus grand intérêt que nous nous sommes livrés à cette étude. Cette lourde tâche, nous l'avons accomplie de notre mieux et nous espérons que ce travail méritera tout au moins l'indulgence en faveur de l'effort même.

S'intéresser aux exercices physiques des écoliers, ce n'était pas, comme nous en avons été bientôt convaincus, faire œuvre extra-médicale. La plupart de ceux qui se sont déjà occupés de cette question étaient des médecins et non des moindres bien souvent, et ceux qui, étrangers à l'art de la médecine ont étudié les exercices physiques, durent demander aux sciences médicales un gros appoint pour établir leur œuvre.

D'autre part l'importance grandissante du médecin scolaire, son rôle nettement précisé maintenant vis-à-vis de l'enfant, son heureuse influence chaque jour reconnue, montrent combien il lui est nécessaire de connaître ce qu'est la vie intellectuelle et physique de l'enfant à l'école.

En écrivant ces quelques chapitres notre intention n'a pas été de dire tout ce qui peut être dit sur les exercices physiques, encore moins d'écrire un traité complet d'éducation physique dont l'exercice forme un des chapitres.

Le but que s'est proposé le *Manuel d'Exercices physiques et de jeux scolaires* publié en 1909 par le Ministère de l'Instruction publique a été par les exercices de développements de lutter « contre les mauvaises conditions d'hygiène créées par les milieux sociaux et leurs exigences » et d'établir « un équilibre salubre entre l'activité physique et l'activité intellectuelle ».

Voilà les idées que nous avons prises pour guide. ! Nous nous sommes efforcés d'en montrer la justesse par l'étude de la sédentarité dont les exercices physiques préviendraient les funestes conséquences, tout en ne nuisant aucunement au développement intellectuel des écoliers.

Nous avons ensuite cherché à préciser ce qui avait été tenté dans ce sens, ce qui existait actuellement, les améliorations qui pourraient être apportés dans cet enseignement et en particulier dans le recrutement des professeurs de gymnastique.

Nous avons considéré aussi que dans cette marche vers un meilleur développement physique, la coopération du médecin était non seulement légitime mais nécessaire.

Nous avons laissé de côté la question des méthodes gymnastiques. Il est évident que toutes les méthodes préconisées, maniées par des esprits habiles, ont donné d'excellents résultats. La méthode n'était alors qu'un guide souple à l'insuffisance de laquelle les dons du professeur suppléaient.

Prendre parti pour l'une ou pour l'autre en apportant des arguments en faveur de ce choix, demande une longue pratique et une expérience qui nous manquent. Nous nous rallions au *Manuel d'exercices physiques et de jeux scolaires* que le Ministère de l'Instruction publique vient de faire paraître.

Nous dirons volontiers avec P. Desfosses : Pour le moment en France, le plus important est non pas de discuter le mérite de telle ou telle école, mais de répandre le plus possible le goût des exercices physiques d'inculquer à tous, maîtres, parents et enfants, l'idée que la gymnastique est une branche indispensable de l'éducation.

CHAPITRE I

NÉCESSITÉ DES EXERCICES PHYSIQUES DANS LES ÉCOLES

Vie sédentaire de l'enfant à l'école. — Résultats funestes de la vie sédentaire sur l'organisme. — Remède : Exercices physiques des enfants à l'école.

« Les villes sont le gouffre de l'espèce humaine. Au bout de quelques générations les races périssent ou dégénèrent ; il faut les renouveler, et c'est toujours la campagne qui fournit à ce renouvellement. »

(J.-J. ROUSSEAU, *Emile*.)

S'il est évident que les êtres vivants subissent l'influence du milieu qui les entoure et qu'ils s'y soient adaptés peu à peu dans la longue série des années ; il est non moins certain que des espèces, par suite d'une variation de milieu, ont été incapables de subsister et se sont éteintes, impuissantes qu'elles étaient de s'adapter à de nouvelles conditions de vie.

L'étude du milieu extérieur et des influences qu'il est susceptible d'exercer sur l'homme constitue proprement l'objet de l'hygiène, tandis que sa fin est dans l'indication des moyens capables de lutter contre les influences néfastes pour les supprimer ou les modifier dans un sens favorable. Pour cela elle formule un ensemble de règles destiné à donner à l'individu la force nécessaire pour vaincre ces influences funestes. Si l'homme avait continué à vivre dans les conditions pour lesquelles la nature semblait l'avoir formé, c'est-à-dire au milieu des champs où il trouvait, avec l'air pur, des travaux sains et fortifiants, l'hygiène, si elle eut jamais

existé, eut consisté à favoriser un tel état de choses. Mais l'évolution économique et sociale a formé peu à peu des milieux artificiels, les villes ou les individus viennent s'entasser chaque jour en plus grand nombre.

Les conditions nouvelles engendrées par les grosses agglomérations sont néfastes à la santé de tous les individus qui les composent : entassement dans des maisons entraînant avec lui le défaut d'air pur, alimentation défectueuse, travaux débilitants et insalubres, sédentarité, etc., etc., tout concourt à la déformation et à la perte de l'individu.

Tandis que chez certaines peuplades sauvages tous les sujets sont presque semblables et bien proportionnés, les individus des races civilisées sont dissemblables, souvent mal bâtis du fait qu'ils sont éloignés d'une existence conforme à la nature. « Les animaux non domestiqués arrivent tout naturellement à leur complet développement et sont rarement mal proportionnés, précisément parce qu'ils continuent toujours l'existence qui leur convient le mieux. » (Hébert.)

Les statistiques portant sur les habitants des villes ont montré que ce milieu était mortel pour la race en général. Tout le monde parle de « l'existence dévorante » des grandes villes, sans se douter que ce n'est pas là une figure mais proprement une vérité.

Ainsi l'habitant des villes, malgré les efforts de l'hygiène vit dans un milieu qui pour lui est plein d'agents destructeurs. Or au lieu de réagir et de leur opposer une force vitale supérieure, il semble au contraire prendre soin de les favoriser en amoindrissant autant qu'il est possible ses capacités de résistance.

Multiplés sont les manquements à l'hygiène individuelle, l'apathie physique, le manque d'exercice ou autrement dit la sédentarité en est un des plus commun, surtout chez les enfants. Il est à la base d'un grand nombre de maux et c'est

sur cette sédentarité des écoliers que nous voulons attirer l'attention.

La condition naturelle de l'homme c'est la vie active, et par là nous entendons le jeu normal des différents organes et des différentes fonctions. L'éloignement de cette vie, la tendance de plus en plus marquée à rester sédentaires, concourt à déformer l'individu, en même temps que son organisme mis dans un état d'infériorité manifeste est prêt, à devenir la proie de tous les ennemis qui l'entourent.

La sédentarité voilà le point de départ des maux qui rongent le citadin depuis l'école jusqu'au bureau ou à l'atelier. Fait remarquable, le remède en est aisé et l'on se demande pourquoi il n'est pas plus largement appliqué.

Les livres abondent, les traités d'hygiène font de jour en jour une place plus importante à l'éducation physique, et dans la pratique à peine entrevoit-on quelque essai sérieux pour la répandre.

C'est à l'école et par l'école qu'il faut tout d'abord agir. C'est là que le mal est le plus grand. C'est là qu'on doit former l'homme à venir, ou l'on doit tremper son corps et son âme pour les luttes futures.

Voyons donc la vie que mène l'enfant de la ville ; qu'il soit garçon ou fille peu importe, le régime est le même, et ce que nous constaterons pour l'un s'appliquera exactement à l'autre.

« J'entre dans les collèges de cette capitale, dans celui, si vous voulez, qui a pris le nom d'un grand monarque, je trouve d'abord une cour que vous appelez grande, mais petite en égard à la multitude qu'elle reçoit. Point de jardin ; point de pré ou un air libre vient rafraîchir les poumons d'une jeunesse bouillante. La cour est entourée de murs et le collège est entouré de maisons. » Ainsi s'exprimait l'Abbé Coyer dans son Plan d'éducation physique (1770) (1) Pourvons-

(1) Cité par JUSSELAND. *Les sports et les jeux d'exercice dans l'ancienne France*, 1901, p. 435.

nous aujourd'hui faire une autre description de nos lycées.

Et quelle vie menait-on dans ces établissements que l'on peut prendre en les regardant, aussi bien pour des prisons que pour des écoles; le même auteur nous le dit encore : « Dans toute la journée, on accorde à cette pétulante jeunesse environ deux heures de récréation. L'homme de cabinet s'en permet davantage, sous peine d'infirmité. Le jour de congé hebdomadaire ne saurait réparer le mal. Tout le reste du temps elle est clouée sur des livres..... Et ces deux heures même qu'on lui abandonne pour s'ébattre, elle n'en profite que très imparfaitement. Pleut-il ? la cour n'est plus praticable ; il faut se retirer dans une salle où l'on est entassé. Est-ce là le mouvement qui convient à cet âge ? »

« Les habitudes imposées de nos jours à l'enfant, dit le Dr Lagrange, sont en contradiction perpétuelle avec ses besoins et ses instincts. Livré à son impulsion naturelle, l'enfant remue sans cesse, il saute, il court, il grimpe ; mais en classe l'enfant doit constamment se tenir, c'est la consigne. »

« L'enfant, garçon ou fille, a un besoin continuel de s'agiter ; ce besoin est impérieux et il l'est presque autant que le besoin de manger ou de boire. » (Dufestel.)

Or si l'on veut bien suivre l'emploi du temps de l'enfant dans les différentes écoles qui existent actuellement, nous verrons que rien n'a changé depuis qu'il y a des classes, et qu'aujourd'hui comme il y a cent ans, l'élève passe son temps sur les bancs. Suivant l'expression proverbiale il y use consciencieusement ses fonds de culotte. Quant à son besoin naturel de mouvement il n'en est nullement tenu compte.

L'Ecole maternelle, qui reçoit des enfants de 2 à 6 ans, devait dans la pensée de ses fondateurs être une véritable garderie d'enfants.

Dans le manuel des fondateurs et des instituteurs des

salles d'asile, dans lequel Cochin indique les soins nécessaires à la santé et au développement physique des enfants, nous lisons (1) § 248, que « les enfants sont dans l'asile plutôt en continuel mouvement qu'en continuelle étude ; récréation du préau, évolutions gymnastiques, pantomime, gestes et langages par signes, tout entretient l'activité du corps en même temps que celle de l'esprit.

Les enfants doivent vivre le plus possible au grand air.

§ 250. Les meilleurs exercices, pendant la récréation, sont la course, le saut à petites distances, la marche en saut avec une corde, appelée vulgairement le jeu à la corde.

§ 252. Du jardinage si possible, au moins un préau sablé dans lequel il puisse rester longtemps en plein air et s'adonner aux jeux et exercices qu'on vient d'indiquer sommairement »

Mais on a fini par confier « ces écoles à des institutrices munies des mêmes diplômes que leurs collègues des classes primaires et leur organisation n'a pas tardé à être viciée. Ces maîtresses poussées par leurs supérieures ont transformé cette école en véritable école primaire ». (Dufestel.)

Heureusement on tend à revenir à l'idée primitive.

Avant tout ce que l'on cherche le plus souvent c'est à avoir des enfants bien sages, c'est-à-dire immobiles et tranquilles. C'est contraindre la nature en ce qu'elle a de sain et de bon.

Dans les écoles primaires de 6 à 13 ans, les élèves ont six heures de classes par jour, trois heures matin et soir. Les classes sont, il est vrai, après une heure et demie, séparées par un quart d'heure de récréation. Mais six heures d'immobilité sont beaucoup pour de jeunes enfants ; d'autant plus que ceux-ci de retour à la maison doivent faire des devoirs qui leur prennent deux ou trois heures de travail surtout dans la classe du certificat d'étude.

(1) Extrait du *Manuel des salles d'asiles*, par COCHIN, chez Hachette.

« Laissez-moi vous raconter, dit le D^r Dufestel, médecin-inspecteur de la ville de Paris (1), la journée d'un enfant pauvre de nos quartiers populaires, et nous vous demanderons ensuite si vous croyez possible la croissance normale d'un écolier dans ces conditions.

« L'enfant pauvre dont les tares héréditaires sont souvent si graves et dont le développement a été la plupart du temps retardé par des affections constitutionnelles, quitte le matin le domicile de ses parents et entre en classe à huit heures et demie. Il y est enfermé pendant une heure et demie dans une immobilité absolue. A dix heures et quart, après un quart d'heure de récréation dans la cour, il retourne en classe jusqu'à onze heures et demie. La salle dans laquelle il vit, malgré les précautions hygiéniques exigées, présente au bout d'une heure une odeur désagréable. L'air y est vicié par les émanations de toutes sortes, par la respiration et les exhalations des vêtements. C'est cependant cet air privé de la plus grande partie de son oxygène, c'est-à-dire de son principe vivifiant, que l'enfant doit respirer. A onze heures et demie, il quitte la classe.

« S'il va déjeuner chez ses parents, il est libre jusqu'à une heure, mais s'il mange à la cantine scolaire ce qui est le cas habituel dans les quartiers pauvres, il le fait dans le préau où l'atmosphère est encore souillée de poussières soulevées par le rassemblement des enfants groupés pour le départ. L'enfant a ensuite une heure de récréation dans la cour souvent étroite et resserrée entre les constructions voisines. Dans les quartiers du centre, ces cours sont des trous noirs ou le soleil ne pénètre jamais.

« De une heure à quatre heures, l'enfant rentre en classe avec un nouveau quart d'heure de récréation à deux heures

(1) D^r DUFESTEL. *L'éducation physique à l'école primaire*, 1908, Le Bigot. Lille.

et demie. Ce quart d'heure est souvent converti en piquet, car cette punition existe encore. A quatre heures, l'enfant pauvre reste à la classe de garde jusqu'à six heures et demie, les parents travaillant tous deux au dehors ne peuvent s'en occuper. L'écolier ne rentre chez lui que vers sept heures.

« Je ne vous décrirai pas le logement paternel composé souvent d'une ou deux pièces, et où l'enfant passe la nuit dans l'endroit où la famille a séjourné et où par conséquent la quantité d'oxgène est raréfiée.

« Cet enfant élevé ainsi est un véritable prisonnier.

« Il n'est pas besoin d'insister pour voir combien il a besoin d'exercice physique pour suppléer à la *vie sédentaire* qu'on lui impose. »

Dans les écoles primaires supérieures et les écoles normales, les futurs instituteurs et institutrices ont eux aussi un travail presque continu de cinq heures du matin à neuf heures du soir.

Si maintenant nous nous tournons vers l'enseignement secondaire, nous y verrons que « nos élèves des lycées, comme le fait remarquer le Dr Blatin (1), sont soumis chaque jour à quatre heures de classes et à huit heures d'étude, c'est-à-dire à douze heures de travail intellectuel forcé, d'*immobilité contre nature*, de claustration, d'habitudes vicieuses dans un air confiné et malsain. »

« Les élèves de nos lycées et collèges, dit Maneuvrier (2), en ce qui concerne le travail sédentaire, sont divisés, d'après leur âge, en deux catégories :

« a) Les enfants de sept à treize ans, qui sont astreints à un travail de dix heures par jour.

(1) Dr BALTIM. Discours prononcé à la Chambre des Députés, 1888, *Mémoires et Documents scolaires*, fasc. 49.

(2) MANEUVRIER. *Enquête sur la réforme de l'enseignement secondaire*, t. I, p. 415.

« b) Les enfants de 13 ans et au-dessus, qui sont astreints à un travail de douze heures et même treize heures par jour, quand ils assistent à la veillée facultative. »

Les classes sont bien coupées maintenant d'heure en heure par une récréation de dix minutes. Mais ces récréations comment se passent-elles ?

Il semble que la discipline scolaire, dont le but suprême est l'immobilité, ait fini peu à peu, en refrenant les mouvements de l'enfant, par lui faire perdre l'habitude de l'exercice. « Depuis longtemps, dit Hillairet⁽¹⁾, on remarque que les élèves ne jouent plus, que les récréations se passent en promenades et conversations, surtout chez les élèves des classes supérieures, ce qui n'est pas fait pour les reposer des travaux intellectuels assidus. »

On ne joue plus... Voilà un fait qui n'échappe à aucun inspecteur d'académie, à aucun chef d'institution ; un fait qu'aucun hygiéniste ne peut manquer de déplorer : « Aussitôt qu'ils ont grandi, les élèves se promènent gravement ; et, sérieux avant l'âge, ils dédaignent les exercices qui développent l'adresse et la force musculaire, qui entretiennent l'animation et la gaité, qui font naître l'esprit de décision et d'initiative, qui accoutument au respect de la règle en obligeant à se conformer aux lois que chaque jeu comporte (2). »

L'opinion de ceux qui ont narré leurs années passées dans un lycée est à peu près invariable. Nous ne saurions mieux l'exprimer qu'en citant la description de M. Démény (3) : « Je me rappelle ma jeunesse passée dans un lycée

(1) D^r HILLAIRET. *Rapport sur l'enseignement de la gymnastique dans les lycées, collèges, écoles normales et écoles primaires.*

(2) JACOULET. *Rapport de la sous-commission de l'hygiène physique et intellectuelle dans les écoles primaires à la commission ministérielle de l'hygiène scolaire*, p. 21.

(3) DEMÉNY. *Bases scientifiques de l'Éducation physique.*

de province. J'accomplissais jour par jour une tâche réglée par un programme ministériel.

« Bourrés de ré citations classiques et d'exercices de grammaire, nous sortions, mes camarades et moi, abrutis, des salles d'étude et nous cherchions par tous les moyens défendus de nous distraire de ces interminables séances.

« Il y avait de vastes cours où nous nous promenions de long en large, par compagnies, discutant de nos devoirs sous les yeux d'un pauvre surveillant auquel nous ne faisons grâce d'aucune tracasserie.

« Que faisait-on pour nous fortifier ? On sortait une ou deux fois la semaine de sa prison, on se promenait en rangs, sans liberté, musique en tête, comme des soldats, la tunique et le ceinturon serrés, flanqués de surveillants grincheux, chiens de garde de notre troupe qui ne laissaient échapper aucune faute au règlement. »

Il en est bien toujours ainsi. Les jeunes gens se réunissent par groupes causant de choses et d'autres, le plus souvent insignifiantes, sinon mauvaises, perdant de plein gré les avantages nombreux qu'ils pourraient retirer d'une récréation toute entière passée à bien jouer ?

Jouent-ils ? Pierre de Coubertin va nous dire quels sont leurs jeux (1). « Un chef d'instruction me faisait les honneurs d'une cour aérée et plantée d'une dizaine d'arbres ; là environ trente enfants se livraient à de petits mouvements liliputiens et à mille gamineries ; quatre ou cinq étaient aux arrêts dans les coins ; plusieurs se promenaient gravement ; d'autres, accroupis à terre, jouaient aux billes ; quelques autres encore s'amusaient, tout simplement à se tirer la langue et à se faire des grimaces..... et leur brave homme de maître, se frottant les mains me disait : vous voyez comme ils prennent leurs ébats ! »

(1) Pierre de COUBERTIN. *L'Éducation anglaise en France*, p. 9.

Pénétrez, nous dit Racine (1) dans une école de Paris (garçons) quelques minutes avant l'heure des classes et vous assisterez à un spectacle vraiment peu banal. Dans la cour de récréation 4 ou 500 enfants causent, s'agitent, crient et parfois courent ou se bousculent.

Mais au milieu de tant de bruit, brusquement, un coup de sifflet bref et strident vient figer tous ces corps en mouvement et arrêter l'ardeur sportive ou combative de quelques natures ardentes.

Un silence succède au brouhaha de tout à l'heure, et l'on entend parler : « Un tel, dit le maître chargé de la surveillance, je vous prends à courir et vous savez que c'est défendu, si vous recommencez vous serez en rétenue ce soir. » « Et vous ! pourquoi bousculez-vous votre camarade ? Mettez-vous dans ce coin. »

Il en est ainsi depuis que, en vertu de l'article 1384 du Code civil, des instituteurs ont été rendus pécuniairement responsables d'accidents arrivés pendant les récréations. Nous reviendrons sur ce point.

Il existe donc une liste de jeux interdits : tout jeu de balle, toupie ou sabot, hirondelles, saut de mouton, glissade, traîneau, épervier, cavalier, jeu de tampon, chat perché, sac de farine, l'ours, etc., etc. Chaque jour voit naître un nom nouveau pour désigner un jeu que l'ingéniosité des enfants a suggéré et pour être plus sûr tous sont supprimés.

L'externe des lycées ou collèges profitera-t-il mieux de sa liberté que l'interne confiné entre les quatre murs d'une cour ? Encore moins, peut-être. Sous la direction de parents plus préoccupés de le voir remporter le prix d'histoire ou de dissertation que de le voir en bonne santé, il ne quittera sa chambre de travail que pour la classe et ne sortira de celle-ci que pour s'enfermer de nouveau.

(1) RACINE, Professeur de gym. *Education moderne*, 1907, p. 247.

Les devoirs abondent et on a soin de lui en donner une quantité suffisante pour l'occuper complètement.

Le lycée est proche, ce ne sera que quelques minutes de marche ; il est plus éloigné, le tramway ou une voiture spéciale lui évitera ce qu'il considère comme une perte de temps.

Et le jour de congé, s'il n'a pas quelque retenue ou punition, comment le passera-t-il ? « à aller goûter chez le pâtissier, errer, la tête lourde dans les galeries d'un musée ou d'une exposition, assister à une matinée théâtrale ou à des courses de chevaux, tout cela n'est sain ni au physique, ni au moral, pour des enfants qui passent le reste de la semaine à travailler courbés sur les livres » (1).

Voilà ce qu'a fait la civilisation. C'est qu'en effet, comme l'a dit M. Lavissee, « pendant ces années, ou la fleur de la jeunesse se flétrit, ne demandez pas au collégien, à ce jeune homme déjà barbu, de soigner son pauvre corps, d'exercer ses muscles, de courir, de lutter. Il obéit à l'appel impérieux vers le livre ou le tableau noir. » Fatigué, surmené il ne viendra pas employer son temps et son activité dans des efforts sans autre sanction que le contentement intime. D'ailleurs il faut bien le dire les maîtres ne songent qu'à la culture, ou plutôt au gavage intellectuel au lieu d'une éducation vraie, complète, intégrale.

On rend ainsi à la société un « petit mandarin ridicule » qui, suivant l'expression du P^r Landouzy a plus de nerf que de muscle, plus de vapeur que de volonté.

Et c'est là justement qu'est le danger. L'enfant ainsi claustré ne peut se développer en un épanouissement harmonieux de tout son être ; il y a même de quoi s'étonner de le voir vivre en de semblables conditions.

Pour la santé, dit Galien (2), le plus grand danger résulte

(1) PIERRE DE COUBERTIN. *L'Education anglaise en France*, p. 86.

(2) GALIEN. *De boni et mali succi cibis*.

d'un repos complet, de même que le plus grand bien résulte d'un exercice modéré. Ce que nous répète Ambroise Paré(1) en disant : « Et comme d'exercice durement fait adviennent grandes utilités, aussi fait grand détriment le repos oisieux : car il engendre des crudités, humeurs gluans, obstructions, pierres, tant es reins que dedans la vessie, gouttes, apoplexies et autres mille maux. »

La vie organique, en effet, ne subsiste qu'en tant que la fonction essentielle de nutrition s'y accomplit normalement : assimilation d'une part, désassimilation de l'autre.

C'est une suite d'incessants échanges entre les différents organes et le milieu ambiant. D'une part, des substances différentes de celles des corps vivants qui deviennent semblables à ceux-ci, tandis que des principes organiques qui faisaient partie de la substance de ces mêmes corps vivants, cessent d'être semblables à ceux-ci et s'en séparent.

Ces échanges nécessaires pour l'accroissement et le maintien en bon état des cellules et des organes qui nous composent, nous seront d'autant plus profitables qu'ils seront plus actifs. Plus les oxydations seront intenses, plus les déchets seront rapidement et complètement éliminés, plus sera parfait l'équilibre des cellules et de l'organisme tout entier. Mais chez l'enfant enfermé à l'école, l'air pur vient-il en abondance apporter la vie par son oxygène à tous les éléments cellulaires ? Ceux-ci accomplissent-ils le travail destiné à leur renouvellement ? L'enfant en pleine activité cellulaire formatrice ne fait rien pour organiser, développer et fortifier ces éléments nouveaux. Il mène dans un certain sens une vie ralentie, son organisme s'entraîne négativement pour ainsi dire, il s'adapte à ne rien faire et ses muscles s'atrophient, son squelette se déforme.

(1) Ambroise PARÉ. Introduction de ses *Œuvres*.

« L'homme de cabinet, dit Trousseau, l'écrivain méditatif vivant du matin au soir dans l'immobilité et le silence de l'étude, dépense-t-il plus de vitalité que celui dont les travaux exigent le mouvement continu du corps et une activité musculaire déployée dans les champs? Non; mais si celui-ci dépense beaucoup, il répare beaucoup; tandis que le premier dépense sans réparer.

« L'exercice trop continu et trop intense de la pensée met l'homme de lettres dans un état nerveux perpétuel. Chez lui, les mouvements vitaux au lieu d'être expansifs, fructueux, d'imprimer de l'activité aux puissances organiques par lesquelles la vie végétative s'entretient, telles que la digestion, la circulation, l'hématose, les sécrétions, etc., les mouvements vitaux sont comprimés, enchaînés et la force d'assimilation languit de là fréquence des maux de nerfs chez cette classe d'hommes. Leur travail, au lieu d'être une occasion d'activité fonctionnelle pour les organes nutritifs, est au contraire pour ces organes une cause incessante de langueur et de perversion, puis bientôt la cause s'accroît de son effet: digestions imparfaites d'où inappétence; désir nul de réparation alimentaire: difficulté des sécrétions, des exhalations, des exonérations; inertie des fonctions respiratoires, défaut de fatigue musculaire, troubles digestifs, suractivité cérébrale qui se réunissent pour éloigner le sommeil, ce bienfaisant tonique. »

Ce tableau n'est nullement poussé au noir. Nous nous en rendrons bien compte, si passant en revue les différents organes et les différentes fonctions, nous notons l'influence que peut avoir sur eux l'état sédentaire.

Les déviations de la colonne vertébrale, scoliose, cyphose, lordose, peuvent relever de causes pathologiques multiples, mais la vie sédentaire que l'instruction nous impose dès l'enfance y entre pour une certaine part. L'autorité de méde-

cins, comme Dally, Dujardin-Beaumetz, Vallin et tant d'autres pour la France; Fehrner, Eulenburg, Virchow pour l'Allemagne; Nolle Smith et Mathias Roth en Angleterre; Guillaume de Neuchatel (1), a amplement établi le rôle que joue dans les déformations du squelette la sédentarité scolaire. Des statistiques ont montré que 25 à 29 % des enfants des écoles sont atteints de déviations vertébrales. Dans les écoles primaires des villes, on en a compté jusqu'à 35 %. Dans les lycées de jeunes filles on est arrivé au chiffre énorme de 75 % de scoliotique.

On a objecté avec une certaine raison que ces statistiques ne faisaient aucune distinction entre les attitudes vicieuses passagères et les véritables scoliozes caractérisées par des positions fixes et des déformations vertébrales ou costales.

Il ne faut pas oublier non plus que bien des scoliozes apparaissent avant que l'enfant ait atteint l'âge scolaire. Toutes les déviations ne sont donc pas scolaires, et l'école n'est coupable que d'un nombre plus restreint de déviations vertébrales, véritables, fixes et importantes que celui qu'on a voulu lui attribuer. Il atteint facilement cependant 8 à 10 %.

L'argument qui s'appuie sur ce fait que la fréquence des déviations est d'autant plus grande que les sujets ont fréquenté l'école depuis plus longtemps, qu'ils sont plus âgés et placés dans les classes supérieures est un argument dont il faut tenir compte.

En résumé, nous pouvons dire que l'état sédentaire des enfants à l'école a une influence très fâcheuse sur le rachis par les attitudes qu'il provoque et qui peuvent chez des sujets prédisposés, affaiblis ou rachitiques, se transformer en véritables déviations.

L'attitude assise prolongée produit en effet au bout d'un

(1) Dr Gustave LAGNEAU. *Du surmenage intellectuel et de la sédentarité dans les écoles.*

certain temps une fatigue des muscles vertébraux qui ne peuvent plus maintenir le rachis surchargé.

Cela deviendra plus évident encore, par les bons résultats que donnent dans ces cas la thérapeutique par l'exercice. En fortifiant le système musculaire de l'enfant on améliorera très sensiblement son état.

D'autre part, le système osseux si malléable dans l'enfance, ne s'accroît et ne prend sa direction que sous l'influence de « la traction continue du muscle qui joue le rôle d'excitant vis-à-vis du périoste et qui suivant le langage de W. Roux, constitue un stimulus mécanique ». (Carnot.) L'état sédentaire en immobilisant les muscles, amènent donc aussi des modifications sur les os consistant plus spécialement en une diminution ou un arrêt de croissance, et comme conséquence, une diminution de taille et de force de la charpente osseuse.

« D'après les D^{rs} Engelsperger et Ziegler, qui ont fait des recherches minutieuses dans les écoles de Munich, sur l'influence qu'ont les deux premiers mois de stage scolaire sur la croissance, l'école n'aurait d'influence pernicieuse que sur les enfants de moins de six ans. Mais, ainsi que le reconnaissent ces auteurs, leurs recherches ont été faites en automne, qui est une période d'accélération de croissance; il est donc possible que l'effet du stage scolaire ait été masqué par cette influence favorable de la saison. D'autres médecins, comme Schmid-Monnard, auraient constaté cette influence déprimante de l'entrée à l'école sur la croissance ». (Claparède.)

Du côté des dents :

Sans que l'on puisse aussi logiquement établir le rapport de cause à effet, que peut avoir l'école sur le système dentaire des enfants, il n'en est pas moins vrai que depuis

longtemps déjà, on a constaté la fréquence des altérations dentaires chez les enfants des écoles, et les D^{rs} Gallippe, Lucas-Championnière, Magitot, Em. Martin ont bien insisté sur ce point. « M. Parent, chirurgien-dentiste de l'École Polytechnique a constaté le mauvais état de la dentition des élèves admis à cette école (1). »

Les articulations d'autre part, dont nous pouvons considérer la forme comme fonction de l'adaptation aux conditions extérieures, étant réduite à l'immobilité s'achemineront vers l'ankylose par une diminution de la mobilité des jointures et de l'étendue des mouvements. Cela se remarque plus spécialement du côté des articulations des vertèbres, des côtes et du sternum dont la mobilité diminuant de plus en plus entraîne l'insuffisance respiratoire.

Nous n'insisterons pas sur les troubles causés par l'immobilité sur le système musculaire. L'atrophie qui en est la conséquence, se traduit extérieurement par une maigreur extrême et la fatigue au moindre effort.

C'est qu'en effet sous l'influence de l'immobilisation ou du défaut d'exercice, les fibres rouges vraiment musculaires diminuent et tendent à disparaître, tandis que les cellules conjonctives augmentent et que les tendons s'allongent.

D'autres fois cette atrophie est masquée au premier abord par un certain embonpoint, mais le muscle envahit par du tissu adipeux n'en est pas meilleur.

Les organes circulatoires souffrent eux aussi de cette inactivité générale. Le ralentissement du pouls en est bien souvent la conséquence. « Sur cent hommes de vingt à cinquante ans : Guy a vu le pouls descendre de quatre à cinq pulsations, sous l'influence de l'alitement (2). » On comprendra alors que le système vasculaire, qui sous l'influence d'un tra-

(1) Circulaire ministérielle du 25 mars 1901.

(2) Ch. FÉRÉ, Paralyse par inaction. *Revue de Médecine*, 1896, p. 840.

vail plus grand à accomplir présente de l'hypertrophie et de l'hyperplasie, présentera ici sous l'influence d'un travail moindre de l'hypotrophie et de l'aplasie. Le cœur au contraire de son côté agissant seul sur toute la masse sanguine doit fournir le maximum d'effort, il tendra donc à s'hypertrophier. L'exercice ne peut que le soulager dans une notable mesure, par la compression qu'exerce les contractions musculaires sur tout le système vasculaire.

D'autre part, l'enfant immobile respire mal et insuffisamment. Par suite de cette sorte de vie ralentie qu'il mène, rien ne vient stimuler sa fonction pulmonaire. Ses mouvements thoraciques ont une faible amplitude et sa capacité respiratoire est minima. L'air inspiré ne se renouvelle pas et les vésicules pulmonaires restent loin de leur dilatation complète.

Son diaphragme qui normalement chez lui doit avoir un jeu étendu et accéléré, en raison de l'amplitude et de la fréquence des respiratoires nécessitées par une vie active, a déjà un fonctionnement réduit, et les fibres musculaires longues qui le composent ne peuvent que regresser comme chez le vieillard. « Il en est de même pour les différents muscles respiratoires qui, comme les autres muscles, développent leur partie motrice et allongent leurs fibres musculaires, au prorata de l'étendue et de la fréquence de leurs mouvements. » (Carnot.)

Dans la structure même du poumon, on peut constater des modifications du même genre. « Lorsque les fonctions du poumon sont diminuées ou abolies, dans l'atelectasie par exemple, on constate l'atrophie ou la diminution des fibres musculaires lisses et des fibres élastiques. »

Il n'est pas jusqu'aux organes digestifs qui n'aient à souffrir de l'inaction de l'individu. Ils possèdent en effet un élément moteur fort important pour qui l'exercice physique est

un stimulant indéniable. Tous les médecins ont eu à combattre l'inappétence, les troubles gastriques et intestinaux de nos écoliers astreints à la position assise, les fausses côtes pressant les organes abdominaux. La constipation chronique avec tout ce qu'elle peut entraîner de désagréable n'est pas rare. Nous en avons pour notre compte constaté plusieurs cas.

Un surtout bien typique se rapporte à un normalien, âgé de 20 ans, de bonne santé habituelle, mais qui restait fréquemment quatre ou cinq jours sans garde-robe. Allait-il en vacances pour quelques jours, aussitôt ses fonctions intestinales se rétablissaient. Il était évident dans ce cas que l'exercice jouait le rôle principal. Et en effet, alors que le régime restait le même, nous l'avons soumis en même temps qu'à du massage de l'abdomen à quelques mouvements gymnastiques qui l'ont considérablement amélioré. Amélioration qui se maintient depuis deux mois, en combattant la sédentarité par l'exercice.

Ainsi déformations du squelette, ankylose des articulations, dégénérescence des muscles et des vaisseaux, travail maximum du cœur, auxquels vient s'ajouter une intoxication lente due aux troubles digestifs, au ralentissement des échanges et à la diminution de la capacité respiratoire, tel est le bilan de la sédentarité.

Vous reconnaîtrez facilement l'individu qu'elle nous forme avec son ossature souvent asymétrique et déviée, sa musculature faible, non apparente sous la peau, ses formes arrondies et efféminées à cause de la présence de la graisse ou bien anguleuse à cause de la maigreur et de l'atrophie générale. Sa poitrine est plate avec un sternum de poulet et souvent avec un chapelet costal bien marqué; un vide remplace la saillie de pectoraux. Son dos est plat ou voûté, et les omoplates mal fixées (*scapula alata*). Les épaules basses an-

guleuses et portées en avant, laissent pendre des bras qui semblent de véritables fuseaux. Le ventre à parois flasques et proéminent, domine un bassin étroit que supporte des jambes grêles.

Dans l'action ce sujet est incapable du moindre effort physique. Tout mouvement chez lui est maladroit et indécis, s'il marche, court ou saute, c'est avec des contractions inutiles; il ne sait pas coordonner ses muscles en vue du maximum de rendement avec le minimum d'effort; ne connaissant pas la mesure de ses forces il ne sait pas les économiser.

La conscience de son incapacité et de sa maladresse, lui ôte tout espèce de sang froid, de confiance en lui, d'à-propos en face d'un acte physique ordinaire et surtout en présence du danger dont il ne peut parer les conséquences funestes.

Regardez courir une jeune fille de quinze ans qui n'a jamais été entraînée à la course, et ne cherchez pas le secret de sa maladresse ailleurs que dans le malaise instinctif que ce mouvement provoque du côté de la région pelvi-abdominale.

Regardez courir une paysanne qui, dès son jeune âge, aura été habituée à la garde des bestiaux et aura souvent fait de longues randonnées à toutes jambes après une bête indocile ou égarée et vous serez frappé de la souplesse et même de l'élégance de ses mouvements. Cette souplesse, cette élégance, vous ne sauriez les retrouver chez la demoiselle qui, de la course, ne connut que le minimum permis quand on jouait à cache-cache, et qui s'entendait dire à chaque minute : « Mademoiselle ne courez pas ainsi... c'est indécemment ! »

En contact avec les agents morbides qui nous guettent, un tel organisme succombera bientôt, c'est une proie toute désignée pour la tuberculose et toutes les maladies infectieuses qui trouvent en lui un terrain favorable.

Grancher avait entrepris l'œuvre du dépistage de la tuberculose dans les écoles de garçons et de filles de Paris. Ses examens portèrent sur les écoles des XV^e et XVIII^e arrondissements. Il estimait que la moyenne des enfants malades dans les écoles de Paris était de 15 % environ, qu'ainsi « les candidats à la phtisie déjà bacillifères étaient au nombre présumé de 20.000 à 25.000 ».

Plus récemment MM. les D^{rs} Dufestel et Méry ont effectué de nouvelles recherches, et leur examen a porté sur 447 enfants de l'école de filles de la rue du Télégraphe ; « 115 furent retenues comme présentant des troubles respiratoires divers, 109 présentaient des symptômes divers permettant de les classer parmi les pré-tuberculeuses, soit une proportion de 24,38 %, presque un quart (1) ».

Ce pourcentage est élevé, mais il faut se rappeler qu'il s'agit d'un quartier pauvre, au milieu d'une population ouvrière.

La forme de tuberculose que l'on rencontre d'ordinaire chez l'enfant est une tuberculose fermée ganglionnaire latente. On a affaire à des prédisposés, à des candidats tuberculeux. Tout l'effort tendra donc à renforcer l'organisme, à le rendre capable de résister à lui donner toutes les armes susceptibles de le rendre victorieux dans sa lutte contre le bacille.

Malheureusement les documents statistiques relatifs à la morbidité et à la mortalité des lycéens et des élèves des écoles spéciales supérieures comparés aux jeunes gens de mêmes âges vivants soit à la campagne, soit dans les villes, en dehors de ces établissements scolaires, font presque complètement défaut. On ne peut, par exemple, relever la proportion des décédés par tuberculose. Ces écoliers quand ils

(1) DUFESTEL. Les moyens d'enrayer la tuberculose à l'école primaire. *Médecine scolaire*, n° 6.

sont atteints de cette terrible affection vont mourir plus ou moins lentement dans leur famille.

La fréquence de la phtisie chez les sédentaires, cette classe à laquelle, nous l'avons vu, appartiennent les écoliers, a été noté depuis bien longtemps. « Dans la thèse de Beaufort, nous dit Carrieu (1), on voit qu'à Genève, il y a plus de phtisiques parmi ceux qui n'exercent pas assez leurs membres que chez ceux qui fournissent un certain travail.

Dans une statistique du D^r Rigaud faite avec soin sur des relevés de la ville, on y trouve que sur 179 cas, les ouvriers sédentaires donnent le plus grand nombre de décès, (*Gaz. Heb.* 1862.)

Peter avait aussi dans ses cliniques (2) attiré l'attention sur la tuberculisation dans les maisons d'éducation, à propos de deux cas de phtisie qu'il avait observés ; l'un chez un jeune homme, l'autre chez une jeune fille, tous deux issus de parents robustes et non tuberculeux, ayant des frères et des sœurs aussi robustes que leurs parents et qui se tuberculisèrent par suite de leur claustration et de leur sédentarité.

Tous les médecins pourraient citer un grand nombre de cas semblables, et pour notre part nous en avons eu sous nos yeux, un exemple avec terminaison fatale et plusieurs autres que seuls des soins persévérants maintiennent en bonne santé.

Lorsque le 8 mars 1887, s'ouvrit à l'Académie de Médecine, la grande discussion sur le surmenage intellectuel, certains, avec le D^r Lagneau, voulurent dans cette cause trouver le point de départ de tous les maux qui s'abattaient sur l'enfant. Mais avec le D^r Blatin nous pouvons dire que « la plupart de ces maladies, ces atrophies fonctionnelles

(1) CARRIEU. *De la fatigue et de son influence pathogénique*. Th. d'agrégation 1878, p. 81, 82.

(2) PETER. *Leçons de clinique médicale*, 3^e édit. t. II, p. 66.

plus ou moins graves, ne sont pas dues uniquement à un surmenage intellectuel proprement dit, mais surtout à cette claustration, à cette immobilité contre nature, à cette absence absolue d'exercices corporels, à cette sédentarité, en un mot, à laquelle on condamne notre jeunesse ». Carrieu semble avoir dix ans auparavant prévu cette discussion, « au lieu de distinguer, dit-il (1), des travaux exagérés de l'esprit des conditions anti-hygiéniques qui trop souvent les accompagnent, on réunit sous le même chef tous les effets qui peuvent en résulter et on n'en accuse que les premiers. Peut-on par exemple rapporter à l'activité cérébrale excessive tous les inconvénients qui résultent de la position assise pendant de longues heures ».

Pourquoi d'ailleurs le jeune homme se soucierait-il de son corps ?

Les seuls emplois auxquels il aspire dans la vie ne nécessitent pour lui aucune capacité physique, aussi n'en a-t-il cure. Indispensable chez les primitifs pour pourvoir à leur existence et augmenter leurs moyens de défense contre leurs ennemis, la force physique devait rester longtemps encore nécessaire pour permettre à l'individu de triompher dans l'âpre lutte pour la vie et occuper sa place au soleil. C'est pourquoi les exercices gymnastiques et les jeux tinrent une si grande place dans l'éducation des jeunes gens chez la plupart des peuples.

Aujourd'hui que notre état social est relativement paisible, la force musculaire n'est plus guère employée qu'au travail manuel, le rôle de l'athlète est infime, il est dominé par les forces de l'intelligence. Dans la société les succès de tout genre dépendent beaucoup plus de la vigueur mentale que de la vigueur physique, et notre éducation est devenue presque exclusivement mentale.

(1) CARRIEU. *De la fatigue et de son influence pathogénique*, Th. d'agrégation, 1878, p. 82.

« Tournoyeurs, jouteurs, chasseurs et avec eux la masse des Français d'autrefois vivaient debout plutôt qu'assis, et en plein air plutôt qu'à l'abri d'un toit. Nos ancêtres séjournaient beaucoup moins que nous dans leurs maisons, par la raison qu'ils n'avaient d'habitude rien à y faire. Bien des gens meurent aujourd'hui après avoir passé à couvert les quatre cinquièmes de leur vie (1). »

« Aujourd'hui nous vivons assis et l'on vivait autrefois debout. Pendant de longues heures, de nos jours, les moins studieux lisent ou écrivent assis. Dans nos appartements d'innombrables fauteuils, chaises longues ou divans invitent à s'asseoir, sinon même à se coucher. Si l'on a l'obligation de sortir, une multitude de voitures, tramways ou omnibus permettent, même aux moins fortunés, de se transporter d'un lieu à un autre, sans cesser d'être assis.

» Quand on veut aller à Constantinople, on s'assied sur une banquette, on s'étend sur une couchette; au bout de trois jours et trois nuits on arrive, sans avoir touché le sol, ni cessé de s'asseoir pour se coucher (2). »

Dans de telles conditions, les effets funestes de la sédentarité que nous avons constaté dans l'enfance ne peuvent que s'accentuer chez l'adulte et ce qu'il y a de plus grave, être transmise aux descendants, jusqu'à ce que ceux-ci, devenus par trop inférieurs disparaissent.

Il est grand temps de réagir, il ne faut plus comme le dit Herbert Spencer « qu'alors que des hommes instruits, consacrent beaucoup de temps et de réflexion à l'élevage du taureau, ils considèrent tacitement la production de beaux êtres humains comme chose indigne de leur attention », et de voir « prendre des peines infinies pour produire un cheval de course qui gagnera le Derby; tandis qu'on n'en prend

(1) JUSSEURAND. *Les sports et les jeux d'exercice dans l'ancienne France*, 1901 p. 234.

(2) JUSSEURAND, p. 14.

aucune pour former des athlètes modernes ». Pourtant nous l'avons vu, c'est là une question capitale.

Nous devons à la vérité de constater que depuis plusieurs années la réaction a commencé et que le cri d'alarme tant de fois jeté a fini par être entendu.

Comme le dit Philippe Daryl (1) « on s'est aperçu tout à coup que plus l'homme se civilise et perfectionne son outillage, plus il a besoin de réagir par des exercices spéciaux contre la décadence physique résultant pour la race et pour lui de ces perfectionnements mêmes. Le sauvage, comme le loup, développe naturellement ses forces, elles sont sa défense, son gagne-pain, son unique moyen de locomotion ; faiblesse musculaire équivaut dans son cas à suicide. L'homme du dix-neuvième siècle, armé de ses sciences raffinées, de ses machines à vapeur et de ses fusils à répétition, a pu croire un temps qu'il avait conquis le droit de dédaigner le muscle comme moyen de suprématie par trop primitif et s'imaginer dans son orgueil que la pulpe cérébrale est l'instrument de règne par excellence, le seul qu'il importe de cultiver, de développer et de renforcer.

« Voilà qu'il reconnaît son erreur. Il découvre que tout se tient dans l'organisme et que, même pour se fabriquer un puissant cerveau, il n'est pas inutile de se faire de bons muscles. C'est en tout cas indispensable à l'équilibre parfait des forces vitales, autrement dit à la santé, ce premier des biens. »

Le remède sera dans une éducation physique sagement dirigée.

« Si les peuples en effet avaient continué, suivant l'antique usage, à se multiplier à la campagne ou les hommes croissent au soleil, se répandent çà et là, de la même façon que les plantes, la nécessité ne se ferait pas sentir sur une

(1) Philippe DARYL. *Renaissance physique*, p. 17.

éducation différente de celle que donnent l'exercice et le travail au grand air (1). »

L'expérience ne prouve-t-elle pas que les hommes qui travaillent, qui vivent à la campagne, sont plus robustes, plus longévives, et moins exposés aux maladies, que ceux qui se complaisent en d'inertes loisirs.

Or, en nous éloignant de cette vie naturelle, c'est l'exercice et le grand air qui manquent. « La nature a paru fortifier le corps et le faire croître des moyens qu'on ne doit jamais contrarier. Il ne faut point contraindre un enfant de rester quand il veut aller, ni d'aller quand il veut rester en place.

« Quand la volonté des enfants n'est point gâtée par notre faute, ils ne veulent rien inutilement. Il faut qu'ils sautent, qu'ils crient, quand ils ont envie. Tous leurs mouvements sont des besoins de leur constitution qui cherche à se fortifier (2). »

Les moindres manifestations qui caractérisent cet état d'enfance doivent donc être suivies avec le plus grand soin par l'éducateur qui, loin de contrecarrer la nature, ne pourra mieux faire que de la suivre, sous peine d'aboutir à un échec. La nature fait bien ce qu'elle fait; elle est meilleure biologiste que tous les pédagogues du monde, et la façon dont elle s'y prend pour faire d'un enfant un adulte, doit être leur unique guide.

Si cet instinct qui porte l'enfant au mouvement était écouté chaque fois qu'il parle, l'exercice instinctif serait largement suffisant pour développer son corps. Mais les conditions sociales dans lesquelles il est placé ne lui permettent pas de céder aux exercices chaque fois qu'il se produit. « L'état de langueur fonctionnelle qu'on observe si communément

(1) MOSO. *Éducation physique et développement intellectuel*, p. 193.

(2) J.-J. ROUSSEAU, *Émile*, livre II.

aujourd'hui chez l'enfant des villes n'existerait pas si l'enfant était placé dans les conditions voulues pour donner carrière au besoin d'exercice qu'il ressent naturellement. Il ne serait pas besoin de professeur de gymnastique si l'écopier avait à sa disposition pendant un temps suffisant, chaque jour, un vaste espace et la permission de s'y ébattre en liberté». Les animaux eux n'ont pas autre chose pour aider le développement de leur corps.

« Laissons à la nature, disait Locke, le soin de façonner le corps comme elle le trouve à propos. »

Mais l'enfant et l'homme rendus sédentaires par suite des conditions sociales nouvelles, sauvegarderont leur santé et se fortifieront en substituant au travail naturel qui leur manque l'exercice gymnastique équivalent. Ainsi les exercices physiques se substituent à la vie naturelle dont nous écarte la vie sociale. Par eux et avec eux nous rentrons dans la voie normale et nous reprenons nos aptitudes, nos formes et nos énergies primitives. Il ne s'agit nullement de faire des athlètes, mais au moyen d'exercices appropriés, de remédier, autant qu'il est possible aux conditions morbides de l'éducation scolaire actuelle.

L'éducation nouvelle devra nous faire arriver quand même au but qui est la santé, et cela malgré les exigences défavorables de la vie civilisée.

Or, cette renaissance physique si nécessaire pour remédier aux funestes effets de la sédentarité, a besoin pour être efficace de s'accroître encore, car le mal existe comme nous l'avons vu et il est grand. C'est à l'école et par l'école qu'il faut agir. L'enfant, véritable cire molle, conservera l'empreinte qui sera faite à son éducation corporelle. En favorisant l'exercice, vous développez son squelette, sa musculature, vous augmentez sa capacité de poitrine, vous activez sa circulation, vous équilibrez les fonctions de son système ner-

veux, vous favorisez sa nutrition, en un mot vous en faites un homme et un homme capable de résister aux germes morbides qui l'entourent.

Il faut que le maître soit imprégné de ces idées. « Les futurs maîtres, dit à ce sujet M. Lavissee (1), sont réunis dans des écoles : écoles normales primaires d'instituteurs et d'institutrices ; écoles normales de Saint-Cloud et de Fontenay, pour le recrutement des maîtres et des maitresses des écoles primaires : école normale supérieure de Sèvres ; école normale supérieure de l'Université de Paris ; Universités de province pour le recrutement des professeurs de lycées de filles et de lycées de garçons. Croyez-moi c'est dans ces maisons et sur elles qu'il faut agir. »

Nous sommes heureux de constater que depuis que ces paroles ont été prononcées, l'idée a fait du chemin. S'il reste encore beaucoup à faire, il est certain que l'idée de l'éducation physique indispensable est entrée dans les esprits des futurs professeurs comme nous avons pu le constater par une enquête faite auprès des élèves de l'école normale supérieure.

De l'école l'enfant emportera alors des notions précises qui lui serviront dans la suite. Désormais acquis à l'exercice il en restera un fidèle adepte, il prolongera sa jeunesse jusqu'aux limites possibles et se ménagera une vieillesse exempte d'infirmité.

(1) LAVISSE, 2^e Congrès d'hygiène scolaire, 1905.

CHAPITRE II

UTILITÉ DES EXERCICES PHYSIQUES A L'ÉCOLE

Influences des exercices sur les facultés cérébrales. — Bonne influence sur la volonté et l'intelligence: attention, mémoire. — Mécanisme physiologique et psychologique de cette influence. — Exemples tirés de l'étude de la nation grecque, de la vie des grands hommes, des lycées et écoles. — Mauvaise influence du surmenage physique sur le travail intellectuel et la moralité de l'individu. — But à atteindre: Harmonie entre la culture intellectuelle et la culture physique.

« Il n'est pas de plus beau spectacle pour qui-conque pourrait le contempler, que serait celui d'une âme et d'un corps également beau, unis entre eux, en qui se trouverait toutes les vertus d'un parfait accord. »

(PLATON.)

« En éducation ce n'est pas une âme, ce n'est pas un corps qu'on dresse : c'est un homme. »

(MONTAIGNE.)

« Dans la société actuelle, a dit Demeny, un des plus chaud partisan de l'éducation physique, l'athlète n'a qu'un rôle infime à jouer, il est dominé fatalement par les forces de l'intelligence. » Cela est vrai. Aussi parents et pédagogues ne voyant que le fait brutal, cherchèrent-ils à donner aux enfants ces forces qu'ils estimaient indispensables pour les luttes futures. Ils jugeaient avec Pascal que « l'homme est fait pour penser et le cheval pour courir. » En développant chez le premier le cerveau et chez le second les jambes, ils se figuraient avoir rempli entièrement leur devoir et avoir facilité à chacun l'accomplissement de sa propre fin.

Nous avons vu les résultats du système adopté. Peu soucieux, semble-t-il au premier abord du développement intel-

lectuel de l'enfant, nous avons demandé pour lui plus d'exercice physique, car c'est le vrai remède aux conséquences funestes de la sédentarité. Au médecin à faire entendre la voix de l'hygiène offensée. Malheureusement il faut le reconnaître, en prêchant ainsi au nom de l'hygiène il faut s'attendre à ne pas être suivi, car les préjugés sont trop profondément enracinés.

« Il en va autrement dès qu'intervient la notion utilitaire. Que seulement le sport apporte une chance de succès dans le *struggle for life* et il s'imposera sans peine (1). » Or comme il est bien entendu que ce sont les fonctions cérébrales qui dominent dans la société actuelle et qu'elles doivent fournir un maximum de rendement, nous allons nous efforcer de montrer que les exercices physiques loin de nuire au développement intellectuel, est une condition essentielle de ce développement. Il faut que ce préjugé, enraciné depuis longtemps dans les esprits que le fort en gymnastique est incapable d'être le fort en thème, disparaisse. Persuadé alors de ce fait que la force physique est le complément nécessaire de la force intellectuelle, on ne verra plus l'appel du prix de récitation accueilli par des applaudissements, et le prix de gymnastique par un sourire.

Les facultés psychiques de l'individu sont comme nous allons le voir, susceptibles d'être influencées dans un sens favorable par les exercices physiques, et par là nous entendons l'exercice modéré et pratiqué tel que l'enseigne le Manuel d'Exercices physiques et de jeux scolaires du Ministère de l'Instruction publique paru en 1909.

Les mouvements exécutés au gymnase en plus de leurs bienfaits hygiéniques, qui d'ailleurs suffiraient déjà à les justifier, seront encore un moyen pour atteindre un but plus

(1) Pierre DE COUBERTIN. *Une campagne de vingt-et-un ans* Librairie de l'éducation physique, 1909.

élevé. Pratiquer la gymnastique à l'école, c'est user d'un moyen d'éducation précieux et unique, qui s'adresse à la fois au corps, à la volonté et à l'intelligence, servant ainsi à la formation physique, morale et intellectuelle de l'enfant.

« Il est incontestable, dit le D^r Lagrange (1), que certaines facultés de l'âme entrent en jeu dans l'exercice du corps, pour exciter la contraction des muscles et pour coordonner les mouvements; il est incontestable aussi, que ces facultés se perfectionnent et se développent par l'exercice physique. La faculté qui ordonne au muscle d'agir et lui fournit l'excitation indispensable à son entrée en contraction, s'appelle la volonté; elle se développe aussi et se perfectionne par l'usage répété qu'on en fait. Elle manifeste sa supériorité acquise, dans la sphère du mouvement, par une plus grande ténacité dans l'acte musculaire.

« Le sujet qui chaque jour, au mépris des souffrances diverses de la fatigue, soutient des efforts musculaires, énergiques et prolongés, acquiert une aptitude plus grande à vouloir, et de cette aptitude résultent certaines modifications frappantes dans ses dispositions morales. L'accoutumance au travail donne à l'homme une plus grande énergie de la volonté considérée comme force motrice, et de cette modification d'ordre moral autant que d'ordre matériel, résulte une forme particulière de courage qu'on pourrait appeler le courage physique.

« Le courage physique augmente manifestement chez l'homme, par la pratique des exercices musculaires. C'est presque exclusivement chez les hommes livrés à des travaux pénibles, ou adonnés à des exercices violents, qu'on observe des traits d'audace ou des actes d'énergie. Si l'on voit, dans une rue, un passant se jeter à la tête d'un cheval emporté,

(1) LAGRANGE, *Physiologie des exercices du corps*, p. 188.

ou chercher à arrêter un malfaiteur dangereux, on peut parier presque à coup sûr que cet homme est un ouvrier habitué à de dures travaux, ou un sportmen rompu aux exercices physiques. La pratique des travaux musculaires et l'habitude des exercices du corps, disposent l'homme à braver le danger matériel sous toutes ses formes. »

Tout en constatant ces excellents résultats que lui fournissait l'observation, le même auteur ajoutait :

« Il sera sans doute difficile (1), de démontrer scientifiquement que les facultés psychiques subissent l'influence de l'exercice musculaire et se modifient, par le fait même du travail dans un sens favorable à l'exécution d'un exercice journellement pratiqué. »

Dans l'ancienne psychologie, la plupart des concomitants physiques des faits de conscience étaient considérés comme des effets, des faits de conscience : je veux et mon corps exécute les mouvements que lui impose ma volonté ; je fais attention et je prends l'attitude de l'attention.

Aujourd'hui on a de bonnes raisons de renverser partout cet ordre de choses, et sans aller jusqu'à dire avec A. Comte que la psychologie est un chapitre de la physiologie, ou avec Cabanis que le cerveau secrète la pensée comme la foie secrète la bile ; nous pouvons considérer que la psychologie est intimement unie à la physiologie, qu'il y a parallélisme entre les faits d'ordre physique et les faits d'ordre psychique. Les modifications physiques sont considérées comme précédant les faits psychologiques ou tout au moins comme données en même temps.

« Mens agitat molem », a dit le poète, et on lui a répondu qu'il est encore plus vraie de dire : « Mens agitur mole ». « Nous sommes d'avance, ajoute Feuillée, adaptés à telles

(1) LAGRANGE, *Physiologie des exercices du corps* p. 188.

réactions non à telles autres ; sous notre attitude psychique, il y a une attitude physique. Les fondements de notre individualité morale se dérobent ainsi dans les profondeurs de notre organisme...., la constitution et le tempérament conditionnent les opérations les plus hautes de notre intelligence et de notre activité. »

Partant de ces considérations nouvelles, nous allons passer en revue quelques-uns des principaux faits psychologiques : nous nous efforcerons d'en analyser le mécanisme, de voir leurs rapports plus ou moins intimes avec des phénomènes physiologiques antérieurs ou concomitants. Nous verrons enfin si l'exercice par les modifications qu'il apporte dans ces derniers phénomènes est susceptible de retentir sur les faits eux-mêmes.

De tous les faits psychologiques, la volonté est celui que nous caractérise non seulement en tant qu'homme, mais en tant qu'individu. Avoir de la volonté c'est bien la marque d'un caractère d'une personnalité consciente et réfléchie. Chercher à la développer, à l'éduquer, à la fortifier, doit être le but de notre activité. Les exercices physiques nous seront en cette occurrence d'un utile secours.

Nous le comprendrons si nous examinons d'un peu près le mécanisme intime qui préside à la formation de la volonté.

« L'origine de la volonté, nous dit Ribot (1), est dans cette propriété qu'à la matière vivante de réagir, sa fin est dans cette propriété qu'à la matière vivante de s'habituer et c'est cette activité involontaire fixée à jamais qui sert de support et d'instrument à l'activité individuelle. » Nous la rencontrerons chez l'enfant ou elle se manifeste par « une profusion de mouvements qui n'est qu'une activité purement réflexe, ils ne représentent pas une activité volontaire, ce sont les

(1) RIBOT. *Les maladies de la volonté*, 1883, p. 33.

matériaux avec lesquels la volonté sera construite (1) ». Et « si nous considérons la volonté dans les moments qu'elle parcourt pour se constituer, nous voyons que la volition est le dernier terme d'une évolution progressive, dont le réflexe simple est le premier échelon : elle est la forme la plus haute de l'activité, entendue toujours au sens précis de pouvoir produire des actes, de pouvoir de réaction » de sorte que « du réflexe le plus bas à la volonté la plus haute, la transition est insensible, et qu'il est impossible de dire exactement le moment où commence la volition propre, c'est-à-dire la réaction personnelle (2) ».

Ainsi les mouvements réflexes et instinctifs sont antérieurs à l'acte volontaire.

Puis, grâce au sens musculaire ou sens de l'effort, se développent dans notre conscience des images de mouvements réflexes et automatiques. L'acte volontaire ne sera qu'une association consciente de ces images motrices en provoquant les mouvements qu'elles représentent. Il est en somme une adaptation, une correction, une *coordination hiérarchique* de tous les réflexes. De sorte que, en fin de compte, « l'acte volontaire est le résultat de l'organisation nerveuse tout entière qui reflète elle-même la nature de l'organisme tout entier et réagit en conséquence (3) ».

Or qui est-ce qui nous donnera mieux que l'exercice, une coordination hiérarchique de tous nos réflexes, une organisation nerveuse hors pair animant un organisme plein de santé. « Tous les exercices du corps, dit Du Bois Raymond (4), ne sont pas seulement une gymnastique des muscles, mais encore et spécialement une gymnastique des nerfs, si pour abrégé nous entendons par nerfs le système nerveux tout

(1) RIBOT. *Loc. cit.*, p. 3.

(2) *Id. Ibid.*, p. 148.

(3) *Id. Ibid.*, p. 32.

(4) DUBOIS-RAYMOND. L'Exercice. *Revue scientifique*, 1882, p. 97.

entier. » Et pour le D^r Philippe la coordination nerveuse est une des règles directrices essentielles d'une bonne méthode d'éducation physique.

« Qu'est-ce qu'un mouvement ? au point de vue qui nous occupe, c'est la mobilisation d'un ou plusieurs os par la contraction d'un groupe de muscles actionnés par un groupé de nerfs commandés par certaines cellules du cerveau.

« C'est donc, en définitive, le groupe de cellules du cerveau (ce que les physiologistes appellent un centre cérébral) habitué à actionner tel muscle, qui en est le véritable moteur, celui qui met en action muscle et os : ceux-ci ne font qu'exécuter ce que leur commandent les centres cérébraux, notre volonté et nos habitudes (1). » — « L'organisation et la coordination de nos mouvements supposent donc une action réciproque des cellules et des nerfs et de celles du cerveau sur les fibres musculaires : et de celles-ci sur les cellules nerveuses et cérébrales (2). »

Par l'exercice, tous les muscles deviennent comme des soldats bien disciplinés d'une armée bien instruite. « Tous les muscles (3) sont prêts à obéir au moindre mouvement et aussi avec une précision extraordinaire, il n'y a plus de mouvements inutiles, de tâtonnements incertains et le résultat le plus immédiat et le plus précieux est que, au bout d'un certain temps et pour obtenir le même effet, l'effort et la dépense sont beaucoup moindre. »

L'effort pour vouloir diminuera chaque jour, et l'on arrivera à vouloir sans effort. L'acte accompli sans résistance dans le passé devient un type pour l'acte à venir. L'action passera à l'état d'habitude nécessaire.

(1) PHILIPPE in DEMENY, PHILIPPE et RACINE. *Cours théorique et pratique d'éducation physique*, 2^e édit., p. 218.

(2) PHILIPPE. *Ibid.*, p. 224.

(3) COUVREUR. *Les exercices du corps et le développement de la force et de l'adresse*.

Stanley Hall attribue aux muscles un rôle prépondérant dans le développement de l'énergie volontaire « dire, écrit-il, comme Matthew Arnold, que la conduite et l'action tiennent les trois quarts de la vie ; représenter l'homme, avec Schopenhauer, comme associant un tiers d'intelligence seulement avec deux tiers de volonté ; prétendu avec F. W. Robertson que l'homme est « ce qu'il fait » ou encore qu'il est la somme de ses mouvements ; avec Mandsley, que le caractère n'est que l'ensemble des habitudes musculaires ; avec Bluntschli, que l'histoire n'est le récit des mouvements consciemment voulus ; soutenir enfin que le plus souvent la pensée implique un changement dans la tension musculaire : tout cela montre combien nous avons modifié l'ancienne conception cicéronienne, *vivere et cogitare* pour lui substituer celle-ci, *vivere et velle* et quelle importance nouvelle, il faut attacher au développement des muscles (1). »

Et Stanley Hall conclut : « L'habilité, l'endurance, ne sont presque que des vertus musculaires, de même que la fatigue, la faiblesse de volonté, le manque de conduite et d'équilibre sont des défauts ou des fautes musculaires. Le caractère peut être en un sens défini, un ensemble, un plexus, d'habitudes musculaires. Les muscles ont construits toutes les routes, toutes les cités, toutes les machines dans l'univers ; ils ont écrit tous les livres, prononcé tous les discours, ils ont fait en un mot tout ce qui peut-être fait avec la matière (2). » C'est pousser un peu loin le rôle des muscles, si essentiel il est vrai, mais qui ne serait rien, s'il n'avait derrière lui le cerveau. Contentons-nous d'admettre que l'exercice musculaire est un adjuvant précieux pour organiser et pour former la volonté.

(1) Gabriel COMPAYRÉ. *L'adolescence, études de psychologie et de pédagogie*, Alcan 1909.

(2) Gabriel COMPAYRÉ. *Loc. cit.*

La pathologie de son côté, nous apportera elle aussi, une nouvelle preuve de ce que nous venons de constater.

En effet, dans certaines affections psychiques, caractérisées par l'affaissement momentané de la volonté, l'exercice musculaire peut relever l'énergie des facultés psychiques. Il serait impossible de comprendre les effets incontestables de l'exercice sur certains neurasthéniques déprimés, si on n'admettait pas que ce traitement exerce sur la volonté une action pour ainsi dire réconfortante et qui se traduit non seulement par un fonctionnement plus énergique de l'appareil locomoteur, mais aussi de toutes les facultés actives de l'âme. C'est pour avoir constaté ce résultat psychique très remarquable que tous les hommes versés dans la pédagogie considèrent les exercices du corps comme un adjuvant indispensable de l'éducation morale. (Lagrange.)

Maurice de Fleury, en exposant le traitement de la paresse, dans son introduction à la médecine de l'esprit, appuie principalement sur les moyens physiques de remédier à la faiblesse de la volonté : efficacité des frictions au gant de crin, des injections de sérum, du régime alimentaire et de la régularité dans le travail. Ainsi l'hygiène physique, les exercices du corps sont des moyens efficaces de formation et de développement de la volonté.

La volonté d'autre part ne se manifeste pas seulement par l'action, le mouvement extérieur ; elle est aussi un pouvoir d'arrêt, d'inhibition, d'où découle la maîtrise de soi-même. De sorte que si l'on admet pas, comme on en a eu beaucoup trop la tendance avec Lombroso, que les effets de l'hérédité sont sans remède en imprimant sa marque indélébile sur l'individu ; nous voyons l'éducation de la volonté, la rendre capable de contrebalancer de mauvaises influences ancestrales. Alors on pourra dire que la volonté est une véritable force morale. Elle nous donnera l'être moral caractérisé par

la puissance des idées dirigées vers un but supérieur et en même temps par la force à résister à des penchants contraires et égoïstes.

L'homme à volonté forte sera aussi un être intelligent, car pour être intelligent, il importe, que l'acte soit mesuré, et ses conséquences pesées, avant d'être accompli. « Penser, a dit Bain, c'est se retenir de parler et d'agir ». Il faut donc que l'enfant pour devenir un être pensant, apprenne d'abord à se retenir d'agir.

On le voit des liens étroits unissent l'éducation de la volonté et du caractère à celle du corps, en sorte que la direction intelligente de l'une ne peut que favoriser le progrès spontanée des deux autres. Ainsi, comme dit le docteur Philippe, « le sentiment de se posséder soi-même et de pouvoir agir par ses organes, sera donné au futur adulte par une éducation physique bien dirigée. Vous lui donnerez cette conscience d'organisme fort, par le dressage que votre méthode imprimera, par delà ses muscles, à tout son système nerveux et surtout à son cerveau, car c'est lui qui transmet et fait exécuter les ordres de la volonté. »

Si maintenant nous examinons ce qu'en langage vulgaire on nomme intelligence, nous constatons sans entrer dans une analyse approfondie qu'elle est la résultante de tout un ensemble de fonctions psychiques. Parmi ces fonctions deux sont capitales, l'attention et la mémoire. Voyons ce qu'elles sont et quels peuvent être leurs rapports avec le point de vue qui nous occupe.

L'attention qui peut se définir, « la concentration de l'activité de l'esprit sur un objet à l'exclusion de tous les autres » (1) est mêlée à la plupart, pour ne pas dire à la totalité de nos

(1) NATRAC (Jean-Paul). *Physiologie et psychologie de l'attention*. Paris, Alcan, p. 4.

actes psychiques, et avec Guyau nous pouvons dire que « la culture de l'attention est le secret de tout entraînement intellectuel ». Or, cette activité spéciale et si importante de l'esprit demande pour se produire la participation générale des forces nerveuses et musculaires de l'individu.

L'homme attentif est le plus souvent immobile, ses muscles faciaux contractés rendent sa physionomie tendue et rigide. Son aspect général est grave et sévère.

L'immobilité caractérise donc l'homme attentif, mais c'est une immobilité active, car si l'individu semble tranquille, ses muscles n'en sont pas moins tendus, on peut même dire qu'il y a dans l'attention contraction générale de nos muscles. De plus cette immobilité est souvent volontaire. On voit donc ce que cet acte représente de travail psychique et combien il est coûteux pour l'organisme.

Cette tension volontaire ou involontaire des muscles, est nécessaire pour qu'il y ait attention, et l'activité psychique s'en trouve singulièrement favorisée, tandis que au contraire le relâchement musculaire ne produit qu'une attention faible et stérile en résultats.

Or cette immobilité volontaire nécessaire à l'attention, ne peut se prolonger utilement chez l'individu qu'à la condition qu'il soit bien construit et parfaitement sain, car il n'est rien qui nous fatigue comme la contraction prolongée de nos muscles.

Connaissant la participation si importante du système musculaire dans la production du phénomène d'attention, on comprendra facilement le rôle que peut jouer ici l'exercice. La gymnastique rationnelle sous toutes ses formes et les sports variés, favorisent largement, en fortifiant l'organisme, le développement de l'attention.

A des enfants entraînés et rompus à la fatigue physique,

l'éducateur pourra apprendre et demander l'immobilité volontaire.

Ils la supporteront avec peu de peine et elle leur sera plus profitable.

On ne s'adressera pas à une gymnastique de force qui épuise, mais à une gymnastique éducatrice qui fortifie, rendant l'effort facile et profitable. Les sports d'une façon générale seront excellents. Ils développent les muscles moteurs en même temps que les muscles de nos sens particuliers comme les muscles visuels.

Ainsi s'éduquent les facteurs de l'attention générale en même temps que ceux qui président à l'attention sensorielle. Le tennis, le tir, la chasse par exemple, constituent des sports excellents pour l'éducation de l'attention visuelle. Les simples jeux ont aussi par ce fait même un rôle primordial. Ce sont des moyens très propres à faire fonctionner des organes qui autrement auraient tendance à s'atrophier.

L'exercice agit ici, comme nous le montrerons plus loin, en établissant une circulation plus active, en actionnant d'une manière plus intensive nos cellules cérébrales. Après l'exercice on observe les plus heureux résultats; tel individu insuffisamment attentif devient après un exercice capable d'une attention plus soutenue et plus durable qu'auparavant. C'est ce que remarque un grand nombre de professeurs qui constatent que leur classe est beaucoup moins « nerveuse, » c'est-à-dire plus attentive après les récréations.

Dans toutes les maladies mentales d'autre part, on peut dire qu'il y a des troubles plus ou moins accusés de l'attention qui en marque la dissolution ou la désagrégation.

Dans ces différents états : « Les exercices musculaires, dit J. P. Nayrac, sont toujours un moyen efficace pour provoquer le rétablissement du jeu normal de l'attention.

« Dans l'obsession et la mélancolie, l'on peut recommander

à un malade le jardinage, la bicyclette, la gymnastique médicale ; tous ces exercices physiques produisent sur le « sujet » et, par dérivation, le meilleur effet. Ils l'isolent un peu, pour ainsi dire, de ses préoccupations mentales et malades. Au surplus, le travail physique établit dans l'organisme la libre circulation des échanges sanguins, respiratoires et chimiques. Les exercices physiques, en même temps qu'ils rééduquent le corps, rééduquent aussi l'esprit et l'attention.

« Certains auteurs recommandent particulièrement les exercices sportifs : l'usage de la bicyclette, par exemple, améliore considérablement, surtout au début de la maladie, l'état mental des obsédés, des angoissés et des tiqueurs. D'autres emploient préférablement la gymnastique rationnelle (Janet, Charcot, etc.). Les uns guérissent l'obsession par la gymnastique suédoise ; d'autres proposent d'éduquer les jeunes dégénérés par la gymnastique d'ensemble. »

Il est vrai qu'à cette gymnastique du corps il faut joindre la gymnastique de l'esprit. Mais il n'en est pas moins reconnu que cette thérapeutique physique est très efficace.

En ce qui concerne la mémoire, une des facultés primordiales de notre intelligence, la première et la plus favorable des circonstances à son développement, a dit Bain, est un bon état physique. « L'étude des conditions physiologiques de la mémoire, déclare Murisier, nous montre l'importance de l'éducation physique comme un agent de développement intellectuel, et par suite la possibilité de réduire dans une certaine mesure, grâce à de fréquents exercices corporels, le temps consacré au travail proprement cérébral, sans diminuer d'ailleurs la somme des connaissances effectives. »

Voyons rapidement quelles sont ces conditions physiologiques qui accompagnent la mémoire.

Th. Ribot, dans les *Maladies de la mémoire*, a montré « que

les enseignements de la physiologie unis à ceux de la conscience nous conduisent à poser le problème de la mémoire sous une forme large ; que la mémoire, telle que le sens commun l'entend et que la psychologie ordinaire la décrit, loin d'être la mémoire tout entière n'en est qu'un cas particulier, le plus élevé et le plus complexe..., quelle est le dernier terme d'une longue évolution et comme une efflorescence dont les racines plongent bien avant dans la vie organique ». Ainsi la mémoire et l'habitude, événements donnés dans un être conscient, ne peuvent être étudiés que dans les propriétés de la matière organisée. « Dans le régime animal, le tissu musculaire nous offre une première ébauche de l'acquisition de ces propriétés nouvelles, de leur conservation et de leur reproduction automatique. L'expérience journalière, dit Herring, nous apprend qu'un muscle devient d'autant plus fort qu'il travaille plus souvent, après chaque action il est plus apte à l'action, plus disposé à la répétition d'un même travail, plus apte à la reproduction du processus organique.... »

« Nous avons ici, sous sa forme la plus simple, la plus rapprochée des conditions psychiques, cette faculté de reproduction qui se rencontre sous une forme si complexe dans la substance nerveuse » (les *Maladies de la mémoire*, p. 4). « Si le lecteur veut bien observer ces actions automatiques, il verra que cette mémoire organique ressemble en tout à la mémoire psychologique sauf un point : l'absence de la conscience » [au moins en apparence] (*ibid.* p. 7).

La conscience intervient-elle effectivement, rien n'est changé dans le fait biologique d'une façon appréciable ; depuis l'automatisme musculaire le plus simple jusqu'aux cas les plus complexes de mémoire consciente, il y a continuité constante au point de vue physiologique.

L'établissement de la mémoire a donc pour base des phénomènes biologiques dont les éléments nerveux sont le siège

et ceux-ci modifiés d'une manière particulière faisant partie d'une association, et probablement apte à entrer dans plusieurs, forment les bases physiologiques de la conservation de la mémoire.

Ceci suppose une condition première : une constitution normale du cerveau (les idiots sont atteints d'amnésie congénitale, d'impuissance native à fixer les souvenirs). D'autre part, l'enregistrement et la fixation des impressions seront sous la dépendance d'une bonne nutrition du cerveau. Des faits de tout ordre démontrent la connexion étroite de la nutrition et de la mémoire. L'enfant retient très facilement, contracte aisément des habitudes : c'est qu'à cette période de la vie l'activité du processus nutritif est tellement grande que les connexions nouvelles sont rapidement établies.

La fatigue sous toutes ses formes est fatale à la mémoire. « Si je suis fatigué, dit Binet (1), énérvé, troublé ou préoccupé, je pourrai bien écrire une lettre, faire une addition, régler un compte, ou m'occuper à quelque travail machinal, mais je me garderai de chercher à apprendre ; car à ce moment-là je me fatiguerai et j'apprendrai mal. Quant on est fatigué on peut chercher à se distraire par une lecture amusante, mais on ne lira pas un livre sérieux, on ne profiterait pas de la lecture.

« Tous les excès produisent le même effet désastreux sur la fixation et la conservation des souvenirs ; une grande fatigue physique, un début de maladie grave, l'anémie, la chlorose ont des conséquences analogues. »

On le voit, un bon état physique est nécessaire pour que la mémoire puisse s'exercer. Or ce bon état ne peut s'acquérir que si toutes les fonctions organiques sont en parfait état, si rien n'entrave leur jeu normal. Pour cela l'exercice est nécessaire. Sans lui nous sommes la proie de tous les

(1) BINET. *Les idées modernes sur les enfants*, p. 211.

maux dont nous avons vu affliger le sédentaire. Pourquoi son cerveau fonctionnerait-il alors que tous ses autres organes seraient dans l'inaction ?

Tous les éléments constitutifs de notre corps sont solidaires. La souffrance ou la mort des uns ne peuvent que retentir défavorablement sur les autres. Par contre, le bon fonctionnement et la vitalité d'un système ne peut qu'être favorable aux systèmes voisins.

Ainsi il semble bien démontrer comme l'a dit Dally, qu'un mouvement bien réglé n'entretient pas seulement la santé du corps mais aussi qu'il fortifie l'esprit et lui donne de la vigueur. Depuis Galien (1), qui nous dit que « toutes les forces de l'âme sont augmentées et revivifiées par l'exercice » et Pline, pour qui « l'esprit est stimulé par les mouvements du corps » tous les médecins et philosophes ont été et sont d'accord sur ce point.

« Voulez-vous donc cultiver l'intelligence de votre élève, dit l'auteur de l'*Emile* (2) : cultivez les forces qu'elle doit gouverner. Exercez continuellement son corps ; rendez-le robuste et sain pour le rendre sage et raisonnable, qu'il travaille, qu'il agisse, qu'il coure, qu'il crie, qu'il soit toujours en mouvement, qu'il soit homme par la vigueur, et bientôt il le sera par la raison....

« C'est une erreur bien pitoyable d'imaginer que l'exercice du corps nuise aux opérations de l'esprit ; comme si ces deux actions ne devaient pas marcher de concert, et que l'une ne dut pas toujours diriger l'autre....

« Son corps et son esprit s'exercent à la fois, agissant toujours d'après sa pensée, et non d'après celle d'un autre, il unit continuellement deux opérations ; plus il se rend fort et

(1) Cité par DALLY. *Cinesilogie*, p. 219.

(2) J.-J. ROUSSEAU. *Emile*, p. 114 et suivantes. Edit. Didot, 1874.

robuste, plus il devient sensé et judicieux. C'est le moyen d'avoir un jour ce qu'on croit incompatible, et ce que presque tous les grands hommes ont réuni, la force du corps et celle de l'âme, la raison d'un sage et la vigueur d'un athlète. »

L'enfant capable de progrès, de développement psychique et moral sera celui auquel sa forte constitution biologique et mentale, une bonne éducation physique et une direction pédagogique intelligente auront donné une volonté. Cet enfant pourra s'instruire, car il sera capable d'attention et de persévérance : il pourra bien agir car il sera capable de réflexion et d'inhibition volontaire. Dans ses rapports avec ses camarades, comment serait-il emporté et brutal en toute occasion, alors qu'il aura appris dès son plus jeune âge à se maîtriser et à mettre un frein à la violence des passions ?

Si examinant maintenant, au point de vue physiologique les rapports réciproques que peuvent avoir les uns sur les autres les exercices physiques et les exercices intellectuels, nous comprendrons mieux encore leur liaison étroite.

Et tout d'abord, le mouvement est-il capable de favoriser le développement du système nerveux ? Cela semble incontestable. Au moment de la naissance en effet, comme le dit Claparède (1), les centres nerveux sont loin d'avoir acquis leur structure définitive ; le cerveau notamment, n'est pas encore en état de fonctionner. Un grand nombre de fibres nerveuses de cet organe, n'ont pas encore acquis leur gaine de myéline, c'est-à-dire l'enveloppe grasse qui les isolera les unes des autres, comme l'enveloppe de gutta percha isole les fils de nos installations électriques : lorsqu'elles n'ont pas leur myéline, elles ne peuvent fonctionner, or la stimulation de ces fibres est un facteur qui les aide à acquérir cette gaine de myéline, et, partant leurs fonctions. Le jeu, en occasionnant

(1) CLAPARÈDE. *Psychologie de l'enfant et pédagogie expérimentale*, 2^e édition. Genève, 1909, p. 88.

et multipliant cette stimulation est donc un agent important du développement du système nerveux. L'observation vérifie cette manière de voir. Si l'on suture les paupières d'un chat nouveau-né, on constatera, plus tard, un certain arrêt de développement des centres visuels de son cerveau, parce qu'ils n'ont pas reçu la stimulation qui leur était nécessaire. Les centres moteurs cérébraux s'atrophient chez les personnes qui ont été amputés d'une jambe ou d'un bras dans l'enfance, etc. Nous avons dans ces cas une sorte de confirmation de cet adage biologique que c'est la fonction qui fait l'organe.

Plus tard, le système nerveux ayant acquis son complet développement, les exercices physiques agiront sur lui, par les modifications nutritives que provoque dans l'ensemble du système nerveux l'activité de ses éléments moteurs, et d'autre part par la suractivité de la nutrition générale qui le place dans de meilleures conditions de fonctionnement.

« Le mouvement, avait déjà dit depuis longtemps Tissot(1), ne peut procurer tant d'avantages au corps, que l'âme ne se ressente en même temps de ses bons effets : aussi la sécrétion de la lymphe qui se sépare dans le cerveau sera-t-elle facile et d'une bonne qualité. »

Le cerveau travaillant se congestionne, en diminuant l'apport du sang dans le reste de l'économie, comme l'ont montré les travaux de François-Franck, Thonhoffer, Dongel, Binet et Courtier, Binet et Vaschide, Henri, Mairét.

Gley a constaté que tout phénomène intellectuel, acte de mémoire, association d'idées, raisonnement, donne lieu à un phénomène de vaso-constriction périphérique. Tandis que le pouls carotidien indique par une pulsation plus ample, qu'une plus grande quantité de sang passe par la carotide ; le pouls radial est au contraire plus petit.

(1) TISSOT. *Gymnastique médicale et chirurgicale*, 1780, p. 29.

Mais si le cerveau travaillant se congestionne, il s'intoxique aussi plus ou moins fortement. « L'étude des échanges nutritifs faite par Binet et V. Henri (1), a montré que le travail intellectuel exerce une influence considérable sur la nutrition de l'organisme. Il se produit, à la suite d'un travail intellectuel de plusieurs heures, un ralentissement de la nutrition, et lorsque le travail a une durée de plusieurs mois, ce ralentissement de la nutrition se fait d'une part sentir sur la quantité d'aliments absorbés et d'autre part sur la diminution du poids du corps. »

Mairet a montré que sous l'influence du travail intellectuel, le coefficient azoturique s'est abaissé ; que l'abaissement du point de congélation des urines est moindre : que le poids de la molécule élaborée moyenne est supérieur au poids de cette molécule pendant le repos, et qu'enfin il y a augmentation de la quantité de substance toxique éliminée. D'où il conclut que le travail intellectuel diminue l'absorption générale, ralentit la nutrition générale et active la nutrition du cerveau. Le travail intellectuel accumule ainsi dans le système nerveux des produits de désassimilation de nature toxique et il ne s'accompagne d'aucune action particulière capable de favoriser l'élimination rapide de ces produits.

« Or, il n'y a peut-être pas d'organe plus sensible aux variations de nutrition que le cerveau, mal nourri, irrigué par un sang impur ou pauvre il en souffre à sa façon, il se produit des troubles fonctionnels de nature psychique. L'action des toxines ou ptomaïnes est aussi manifeste que l'action de l'alcool ou de chloroforme exaltant ou abolissant la fonction des centres nerveux. Les hommes d'étude ont particulièrement besoin de cet effet hygiénique, pour reposer leur

(1) BINET et HENRI. *La fatigue intellectuelle*, p. 224.

cerveau toujours en ébullition ; l'exercice modéré est pour eux le seul moyen d'éviter les troubles de la nutrition qu'engendrent fatalement la fatigue nerveuse et l'état sédentaire . » (Demeny.)

Un des premiers effets de l'exercice bien compris sera de décongestionner le cerveau.

Mosso raconte que des pigeons-voyageurs partis de Naples sont sacrifiés à leur arrivée à Milan ; il trouve les pectoraux gorgés de sang, tandis que le cerveau est exsangue et il conclut, avec juste raison, pensons-nous, que la congestion d'une partie inférieure du corps amène la décongestion de la partie supérieure.

D'autre part, l'accélération de la circulation dans tout l'organisme, que provoque le travail musculaire, effectue un véritable drainage du milieu organique des éléments nerveux et leur restitue rapidement leur aptitude fonctionnelle. C'est qu'en effet, le travail musculaire normal d'après les expériences de Oddi et Tarulli, cité par Lahy, n'altère pas sensiblement l'élimination de l'azote et, par conséquent n'augmente pas la consommation des substances azotées de l'organisme. Il favorise au contraire en même temps, que les échanges nutritifs, l'élimination de tous les déchets.

Il y a encore quelque chose de plus dans le fait de prendre de l'exercice. Cette action ne retentit pas seulement sur les facultés intellectuelles par la seule raison physiologique, mais il y a encore un phénomène psychique pur : une sensation générale de bien être inconnue de ceux qui n'ont jamais pratiqué assidument les exercices du corps. Et cet état spécial de l'individu retentit considérablement sur son activité cérébrale. Ses productions intellectuelles sont donc moins sujettes aux égarements de la rêverie, elles sont au contraire empreintes d'une saine pondération entre l'idée et la réalisation.

Cet effet psychique, il est vrai, n'a lieu et n'atteint son maximum que si l'exercice s'accompagne de plaisir, et c'est là justement la grosse objection que l'on fait à beaucoup de méthodes de gymnastique dont les exercices monotones finissent par ennuyer les enfants. Pour eux la leçon de gymnastique est une corvée. Les jeux apporteront l'entrain et la gaieté nécessaire. « La joie, a dit Galien (1), répand la chaleur dans tout le corps : le mouvement de la vie en est plus expansif et le pouls meilleur. » L'enfant a besoin de joie comme la plante de lumière. L'enfant privé de plaisir dépérit, la joie est un tonique, le plaisir un excitant du cerveau. Le plaisir a d'ailleurs pour termes physiques corrélatifs la vitalité, la santé, la vigueur, l'accord harmonieux de toutes les parties de l'organisme ; toutes choses qui sont sous la dépendance de l'exercice même.

« Nous trouvons (2) Claude (le fils) et moi (la mère), nous dit Th. Chéze, mille joies et des joies morales, des joies profondément éducatrices à vivre tous deux d'une vie physique très active.

« Lorsqu'il a dépensé en des jeux un excédent de forces physiques ou qu'il l'a utilisé à des labeurs manuels ; lorsque tout son corps s'est exercé sainement en des efforts musculaires appliqués à un but précis, son cerveau n'en fonctionne pas moins activement et c'est une même capacité de vivre, mais de vivre autrement, qui le fait recevoir avec joie les enseignements que lui donnent ses maîtres, les livres et moi-même. » Et avec le même auteur nous pouvons dire qu'« être sain, agile, vigoureux et habile à se servir de ses muscles, c'est au total une sorte de vertu physique qui peut consolider au moral des vertus correspondantes. »

(1) GALIEN, *De caus puls*, IV, p. 2.

(2) THEODORE CHÉZE. L'Éducatrice moderne, in *Revue du Touring club de France*, octobre 1909.

« Les jeux en effet provoquent l'entrain, la gaité et l'initiative ; les exercices méthodiques donnent la persévérance dans l'effort et la patience, dans l'attente du résultat, ils disciplinent. Les exercices sportifs développent l'audace, trempent le caractère, endurent et rendent débrouillard. Ce n'est pas tout, le but que l'on se propose en s'exerçant a une influence morale très grande. Si le but est de se perfectionner, si l'on recherche un résultat utile et socialement utile, comme conséquence on élève l'âme, on développe l'esprit de sacrifice, et l'on abandonne les plaisirs qui débilitent et ruinent la santé (1). »

La plupart des idées que nous venons d'exprimer, semblent hors de conteste. Elles s'appuient sur des faits physiologiques bien constatés. Or ceux-ci, nous l'avons vu, précèdent ou sont concomitants de faits considérés par la plupart des gens comme purement psychologiques et sur lesquels repose le développement de l'intelligence.

De ce lien étroit qu'unit les deux ordres de phénomènes, résulte l'action exercée sur les uns en agissant sur les autres, et la nécessité de posséder un corps sain et robuste pour que, de son côté, l'esprit possède les mêmes qualités se conformant ainsi à l'antique formule : « *Mens sana in corpore sano.* »

On voit d'ici tout le parti que peut retirer la pédagogie de l'étude des phénomènes psycho-physiologiques qui président au développement des facultés intellectuelles.

On voit quels horizons nouveaux lui sont ouverts si l'on admet que l'on peut agir sur l'individu en déterminant dans un sens ou dans un autre les réactions dont les cellules de son organisme sont le siège.

Mais rien ne vaudra cependant, ce nous semble en pareille matière la preuve de l'expérience. Nous la trouverons dans quelques exemples que nous allons passer en revue.

(1) DEMENY, *Cours théorique et pratique d'éducation physique*, p. 9.

L'un des plus connus et non des moins probants nous est fourni par l'étude du peuple grec. Chez eux, tous, hommes et adolescents, passaient une partie de leur vie au gymnase. La culture physique tenait une part égale sinon supérieure à celle qu'ils accordaient à la culture intellectuelle.

« Il ne faut pas, disait Platon, exercer l'âme sans le corps, ni le corps sans l'âme. On imitera ainsi l'harmonie de l'univers. Il ne faut pas faire à deux, il ne faut pas les dresser l'un sans l'autre, mais les conduire également comme un couple de chevaux attelés au même timon. » « Je veux exercer tous mes membres à la fois, disait Socrate (1), pour donner à mon corps de belles proportions, je ne veux pas ressembler aux coureurs qui ont des grosses jambes et des épaules maigres, ni aux lutteurs dont les épaules s'épaississent en même temps que leurs cuisses s'effilent. »

Ce peuple, qui a façonné sa jeunesse avec de tels principes, est celui qui nous a laissé les meilleurs chefs-d'œuvre de l'entendement humain et les plus purs spécimens de l'art. Aussi pensons-nous avec beaucoup des meilleurs esprits qu'on peut attribuer à une telle éducation, une grande part dans le développement du génie de cette nation.

Pythagore, mathématicien, physicien, astronome et philosophe est vainqueur au pugilat, Xénophon remporte la palme aux jeux olympiques. Sophocle dirige les chœurs des enfants ou la danse tenait une si grande place. Euripide est un coureur infatigable et Platon lutte victorieusement aux jeux isthmiques.

Ce n'était pas seulement les jeunes hommes qui avaient le bénéfice de l'éducation physique. Mais Plutarque nous apprend que le roi de Crète, Minos, avait institué des jeux gymniques auxquels les jeunes filles prenaient part, et la dé-

(1) XÉNOPHON BANQUIT, 62.

couverte faite à Cnoss de fresques représentant des jeunes filles qui combattent contre un taureau furieux, vient confirmer ce fait. (Mosso.)

Homère (*Odyssée*, livre VI, v. 140) nous montre une fille de roi jouant à la paume avec ses compagnes sur le bord de la mer et toutes chantent. En Grèce aux époques classiques, les exercices féminins comprenaient la lutte, la course, le lancement du disque et du javelot, le saut, et, avant tout, le jeu de paume sous ses formes diverses, et, avec des balles de diverses dimensions. A Elie, les jeunes filles victorieuses aux jeux avaient le droit de faire ériger leur statue dans le temple de Junon. (Mosso.)

« Le Spartiate Lycurgue, nous dit Philostrate (1), pour fournir à Lacédémone des athlètes propres à la guerre, prescrit que les filles s'exercent et qu'on les laisse courir en public, afin qu'elles mettent au monde une meilleure progéniture, attendu que leur propre corps sera fort; car après le mariage, elles n'éprouveront pas de répugnance à porter de l'eau ou à moudre, parce qu'elles y auront été habituées dès leur enfance. Si de plus, leurs maris sont également jeunes et habitués aux exercices, elles auront une progéniture encore meilleure; en effet, les enfants auront une taille élancée, seront robustes et exempts de maladies. C'est en observant ces règles pour le mariage que Lacédémone devint si puissante dans la guerre. »

C'est par les exercices gymnastiques, dit Plutarque, que Cicéron, qui était né avec une poitrine faible et malade, se fortifia et devint capable de ces grands et nombreux combats qui l'illustrèrent à la tribune. Il serait facile de multiplier les exemples particuliers d'homme de génie ou de talent qui se livrèrent à l'exercice.

(1) PHILOSTRATE. *De la gymnastique*, trad. DAREMBERG, p. 43.

On a d'ordinaire une très fausse idée de l'homme de génie qui n'est nullement, en général, cette espèce de gratte-papier, de rond de cuir assidu que l'on imagine. « La vérité est tout autre, dit Georges Rozet (1), et l'on est étonné en étudiant la vie d'un Pascal, d'un La Fontaine, d'un Racine et d'un Molière, de voir combien la littérature y a tenu peu de place en somme, qu'ils aient été homme du monde, gentilhomme campagnard, courtisan ou directeur de tournées, ceux que je viens de nommer ont certainement passé moins d'heures à leur table de travail que maint chroniqueur ou nouvelliste moderne qui n'aura même jamais de talent. Et leur existence, mouvementée par leurs obligations mondaines, par leurs voyages (on voyageait beaucoup alors, et moins aisément qu'aujourd'hui), par leurs passions même, fut, sinon une vie sportive à proprement parler, du moins une vie d'action et nullement une existence de bureaucrate. »

L'objection que l'on pourrait tirer en citant quelques exemples d'hommes de talent au corps débile, n'infirmerait en rien ce que nous venons de voir. Leur vie d'ordinaire fut courte, un bon état physique leur aurait permis de la prolonger sans diminuer en quoi que ce soit le talent qu'ils pouvaient avoir.

Regardant plus près de nous, dans nos écoles, les exemples que nous y trouveront ne seront pas moins probants. Voici, ce qui ressort à l'évidence d'une enquête faite en 1894 sur ce sujet par Maneuvrier.

En ce qui concerne les bons élèves, jamais les exercices physiques n'ont entravé leurs succès. Les jeux ont été, pour beaucoup, un inappréciable bienfait; ils les ont sauvés de l'épuisement intellectuel: ils ont rendu de la souplesse et du ressort à leurs fibres cérébrales. Ces divertissements, en

(1) Georges ROZET. *Culture physique*, n° 101.

leur renouvelant le sang, ont, du même coup, rafraîchi et comme régénéré leur capacité de comprendre et d'imaginer.

Pour les élèves ordinaires, si le sport n'ajoute rien à leurs aptitudes, il ne leur ôte rien non plus. On a reproché au football, à la bicyclette, etc., d'avoir fait échouer au baccalauréat certains amateurs trop zélés. Mais tenez pour certain, qu'au fond, le football et la bicyclette sont parfaitement innocents, et que, sans eux, les victimes auraient succombé tout de même. Si elles n'avaient pas eu à leur disposition ces salubres distractions, elles s'en seraient procurées d'autres qui n'eussent pas mieux valu, tant s'en faut.

En somme, l'enquête conclut que les sports sont plutôt favorables aux études.

Depuis, ces excellents résultats n'ont fait que se confirmer.

« L'école alsacienne, les collèges des Roches et de Normandie, en appliquant une plus juste répartition des heures de travail et de repos, en donnant à l'éducation *physique* le temps qui lui est nécessaire, en mettant en un mot l'enfant dans de meilleures conditions hygiéniques, ont montré qu'il était possible d'obtenir un meilleur rendement tout en consacrant moins de temps au travail intellectuel. Les élèves de ces établissements réussissent aussi bien aux examens que ceux des lycées urbains (1). »

C'est ce qu'est venu confirmer récemment M. Berthier, directeur de l'école des Roches, dans une conférence sur l'internat rural et familial faite à l'école des Hautes études sociales sous le patronage de l'Hygiène scolaire.

A l'école des Roches :

en 1904-05 8 élèves sont reçus sur 8 présentés.

1905-06	16	—	—	17	—
---------	----	---	---	----	---

1906-07	19	—	—	22	—
---------	----	---	---	----	---

(1) DUFESTEL. *Hygiène scolaire*, p. 345.

En 1907-08 16 élèves sont reçus sur 19 présentés.

1908-09 15 — — — 20 —

Et les élèves sortant des écoles nouvelles réussissent partout dans les écoles supérieures ou spéciales.

« A l'école de la forêt de Charlottenbourg, les élèves débilés qui ne travaillent que deux heures et demi par jour se maintiennent au même niveau que leurs camarades des écoles de la ville. Cela tient simplement à une meilleure répartition des heures de travail (1) » et aussi à une meilleure hygiène physique.

« Comparons les deux palmarès — celui du sport et celui des études — du collège Rollin. J'y constate, dit Georges Rozet, de très nombreuses coïncidences de noms. C'est ainsi que parmi les membres du C. A. C. R. pour l'année 1908, l'un, M. René Bernard est reçu 54^e à l'École Centrale, et remporte en même temps le prix spécial accordé au meilleur élève de mathématiques; M. Vabre obtient deux prix et deux accessits; M. Lecomte, quatre prix et cinq accessits; M. de Kermann, le prix d'excellence, quatre prix et quatre accessits, etc. La liste se poursuit pendant trois pages. »

M. Poirier, proviseur du lycée Janson-de-Sailly, déclare :

« Certes, le sport a détourné quelques-uns de mes élèves de leur travail scolaire et certains cas de surmenage physique ont abouti à des échecs aux examens, échecs assez vite réparés d'ailleurs, mais je n'ai pas constaté, tant s'en faut, que la pratique du sport eut sur l'ensemble un effet fâcheux. Il me semble au contraire qu'un certain nombre d'écoliers y ont acquis plus de pondération et plus de santé dans le jugement. Sans doute le football et la course à pied n'ont pu communiquer ni sensibilité ni imagination à ceux qui en étaient naturellement dénués et qui, en tout état de cause,

(1) DUFESTEL, *loc. cit.*, p. 345.

eussent été de médiocres élèves. Tout au moins l'exercice a-t-il été, même pour ceux-là, un agent de moralisation et les a-t-il détournés des rêvasseries dangereuses et des distractions funestes.

« Au total, il me semble que, depuis l'introduction du sport dans le monde scolaire, les mauvais élèves ne sont pas devenus pires et je crois bien, d'autre part, que les *bons sont devenus meilleurs*. »

Voici, d'autre part, la « situation scolaire » des joueurs de l'équipe première du lycée de Lille, telle que la communique M. Salé, proviseur du lycée Faidherbe.

« Sur les trois joueurs qui suivent le cours de mathématiques spéciales, deux ont été déclarés admissibles, en 1908, à l'école polytechnique, après une seule année de préparation ; le troisième, qui est nouveau dans les classes, marche sur leurs traces. Deux équipiers, élèves de rhétorique supérieure, donnent toute satisfaction à leurs professeurs ; le sixième est un très bon élève de cours préparatoire à l'École Centrale ; le septième reçu à la première partie du baccalauréat en juillet dernier, suit brillamment le cours de philosophie ; les quatre autres, qui sont en première, seront certainement reçus au baccalauréat à la fin de l'année scolaire. »

Mme Nageotte de son côté pense (1) « qu'on peut consacrer beaucoup plus de temps qu'on ne le fait au développement physique des enfants sans nuire à l'instruction ; les enfants qui suivent assidûment notre service de gymnastique à l'hôpital, manquent à l'école trois matinées par semaine, et cela durant des années ; si elles perdent à ce système leurs prix, je ne les vois pas en retard par rapport à leurs compagnes, tant s'en faut ; elles entrent à l'école primaire supérieure, au lycée, etc. ; on accepte aussi des apprenties qui manquent

(1) M^{me} NAGEOTTE-WILBOUCHEWITCH in *Kinésithérapie* (Bibl. de thérapeutique, GILBERT et CARNOT, p. 342).

deux ou trois fois par semaine deux heures. J'imagine que la raison en est l'excellent état général des enfants mis à ce régime des exercices et le travail plus productif qu'ils fournissent pendant le reste du temps. »

Quel que soit le pays vers lequel nous dirigeons nos investigations, partout ces résultats sont reconnus par les esprits les plus éminents.

« Je ne pense pas, dit le recteur de l'Université de Colombie, à Washington (1), que les exercices athlétiques puissent entraver en rien le travail intellectuel des jeunes gens ou lui nuire. Je crois, au contraire, qu'ils constituent un profit décisif pour la jeunesse dont ils augmentent le fonds de santé, et chez laquelle ils développent la faculté mentale de l'application. Nous n'avons pas remarqué que la passion des exercices athlétiques rende les étudiants indifférents à leurs progrès dans les classes, ou diminue leur application, ou encore exerce sur eux une influence qui les porte à choisir des études plus faciles. Nous avons du conseiller souvent, au contraire, à nos meilleurs athlètes, de s'appliquer avec moins d'ardeur à l'étude, et plusieurs de nos étudiants les plus diligents et les plus capables, comptaient précisément au nombre de ceux qui se distinguaient dans les sports athlétiques. »

Le Dr Townsend Porter a étudié 34.500 enfants dans les écoles des Etats-Unis, il commença ses études par les « jardins de bébés », pour les terminer aux écoles secondaires, et il mesura la taille, et constata le poids de tous en regard avec le développement de leur intelligence. Comme conclusions il déclare qu'en moyenne les jeunes gens intellectuellement précoces sont aussi physiquement mieux développés, c'est-à-dire plus lourds et plus grands que leurs camarades

(1) Mosso. *Education physique et développement intellectuel*. Paris, Alcan, 1906.

du même âge ; à une capacité intellectuelle plus grande, correspond une plus grande supériorité physique. (Mosso.)

Il ne faudrait cependant pas faire du mètre et de la balance un critérium absolu, car chacun de nous apporte en naissant une prédisposition héréditaire qui fait que l'édifice de son corps est petit ou grand.

Ceci admis il n'en reste pas moins vrai que si nous réalisons le développement complet avec bonheur et rapidité, nous sommes plus intelligents ; mais si nous peinons pour croître, le cerveau en souffre.

Il est vrai que ceci encore n'est pas toujours rigoureusement exact et qu'il existe bien des cas de jeunes gens moins développés au physique qu'ils ne devraient l'être, petits de taille, légers de poids, et dont la mentalité présente un développement très avancé. Mais ce sont-là des exceptions, ces enfants constituent un type à part, les autres forment la règle.

A l'Université d'Ithaca (Amérique), les jeunes américains qui étudient les hautes mathématiques, la philosophie ou l'histoire, ne rougissent nullement de passer plusieurs heures de la journée dans les ateliers, pour y gagner honorablement l'argent nécessaire à l'acquisition de ce savoir qui les conduira plus tard, peut-être, aux fonctions les plus élevées de l'Etat. Or les professeurs ont pu remarquer que ceux qui s'étaient livrés à un labeur physique avaient, tout aussi bien que les autres, profité des leçons donnés dans toutes les classes. Trois heures de travail manuel n'ont nullement nui aux travaux de l'esprit. (Guyau.)

D'une enquête sur les mêmes matières faite par le Docteur Francis Warmer, et portant sur 50.000 enfants des environs de Londres, découlent des conclusions analogues. Il constate que les enfants dont le développement est difficile, sont aussi moins intelligents et il croit que l'éducation physique,

lorsqu'elle est bien appliquée dans les écoles, fait décroître le nombre des enfants qui présentent des troubles nerveux.

« Les membres de la Société royale de Londres — c'est peut-être la plus importante Académie du monde — se sont laissés peser et mesurer. Et l'établissement de cette statistique prouve qu'ils sont supérieurs à la moyenne de leurs concitoyens de Londres, et qu'ils valent les paysans d'Ecosse, lesquels selon les données anthropométriques représentent la population la plus robuste du Royaume-Uni (1). » Cela tient évidemment au système d'éducation anglaise. On ne pourrait malheureusement pas en dire autant de toutes les nations. Ainsi en Italie, si l'on s'en rapporte aux conclusions de la statistique de Lévi relative aux étudiants, c'est le contraire qui arrive, les hommes d'étude y sont inférieurs aux paysans, quant au développement du thorax.

On le voit, les effets d'une éducation complète donnant aux cultures intellectuelles et physiques, la place dû à chacune d'elle sont des plus encourageants. Mais, il ne faut pas, que poussant à l'extrême notre raisonnement, conclure à un enseignement purement physique, car alors ce serait se sauver d'un péril pour tomber dans un autre. L'éducation physique et le complément nécessaire, indispensable, de l'éducation intellectuelle et morale, mais elle ne doit pas être cultivée exclusivement.

S'il est certain que toute surexcitation nerveuse prolongée, tout surmenage cérébral introduit chez l'individu et dans sa race, en vertu de la loi du balancement des organes, soit l'affaiblissement cérébral, soit les maladies du système nerveux, soit telle ou telle autre forme de misère physiologique, le surmenage physique aussi de son côté ne sera pas moins funeste.

(1) Mosso, *Éducation physique et développement intellectuel*. Paris, Alcan, 1906 p. 180.

Le travail musculaire intensif, les exercices physiques violents ou prolongés, sont fréquemment suivis d'une diminution générale de l'activité intellectuelle, d'un affaiblissement de la mémoire et du pouvoir d'attention, et ces troubles divers atteignent un degré suffisant, pour constituer une contre-indication formelle de tout exercice physique trop intensif, ou intéressant trop directement l'activité psychomotrice dans certaines conditions de suractivité intellectuelle.

Quand l'entraînement musculaire est poussé très loin, il se produit en effet, une disproportion entre le développement du système nerveux, au détriment de ce dernier. Ce fait explique pourquoi l'entraînement ne peut dépasser certaines limites et pourquoi les athlètes sont souvent frappés par les conséquences de surmenage : leur système nerveux ne s'entraîne pas suffisamment et il doit commander à des masses musculaires de plus en plus puissantes.

« Chacun sait, dit Spencer, que l'excès de l'exercice corporel diminue l'aptitude à penser, que l'épuisement temporaire qui suit une dépense soudaine de force, ou la fatigue produite par une marche de 50 kilomètres, ôtent le goût de l'effort mental, qu'après un mois de voyage à pied, l'inertie mentale exige quelques jours de repos avant de disparaître, et que les paysans qui passent leur vie à travailler des muscles, l'activité de l'esprit n'est pas grande. » Nous rentrons dans la loi générale qui veut que tout excès d'activité dans une direction ait pour effet un manque d'activité dans une autre direction. Le travail physique exagéré peut avoir une action dépressive sur l'activité intellectuelle, et c'est là un écueil sérieux à éviter.

Les exercices sportifs exagérés, constituent une fatigue nouvelle, qui s'ajoute à celle résultant des études. On ne se repose pas d'une fatigue par une autre fatigue.

En obligeant le système nerveux à un effort musculaire exagéré, quand il est épuisé par un travail intellectuel, on trouve des muscles moins aptes au travail et nous ajoutons à la fatigue précédente, une fatigue de même nature qui nuit également au système nerveux.

Les résultats moraux ne seront pas meilleurs. C'est ce qu'ont bien vu les médecins et les romanciers anglais qui dénoncent le surmenage physique et conduisent l'attaque contre l'abus des jeux de force.

En Angleterre, en effet, le surmenage physique a gagné toutes les classes du pays, même celles qui sembleraient par leur situation, le mieux placées pour y échapper, les classes aristocratiques.

Au point de vue physique ce sont des victimes brisées et infirmes pour le restant de leurs jours et les résultats moraux consistent dans le développement de la grossièreté et de la brutalité.

Toute une catégorie est classée sous la dénomination de *Rougs* (rough, rude, grossier voyou). S'il y a le Rough mal-propre et en haillon, il y a aussi le Rough débarbouillé et en habit décent. (Wilhie Collins) (1).

Cela tient à l'abus des jeux athlétiques dans les écoles. Les jeux sont la préoccupation exclusive des parents et des élèves et la culture intellectuelle passe après la culture athlétique.

Un autre écueil non moins sérieux consiste dans la tendance à devenir des professionnels, tendance qui se manifeste en Amérique chez beaucoup d'étudiants. Cette crainte de voir l'éducation physique aboutir au métier est si grande, qu'il leur est défendu d'accepter les rabais qu'on leur offre sur les tarifs des chemins de fer, le logèment gratuit dans

(1) GUYAU. *Éducation et hérédité*. Paris, Alcan, 1881, p. 87.

les hôtels, et les autres avantages qu'on leur offre pour les attirer dans diverses villes, où ils donneraient en spectacle leur valeur athlétique. Les sports en divertissant doivent avoir un but hygiénique, il faut en écarter tout ce qui sent la profession ou le gain, si l'on ne veut offusquer leur noblesse.

Si en France l'organisation de concours et de luttes sportives a été et est encore nécessaires pour secouer l'apathie générale. Il ne faut pas que comme en Amérique, on aille jusqu'à l'excès, « l'excès produit l'excès. Les journaux font une telleréclame aux concours des étudiants, ils enflamment à tel point l'enthousiasme public qu'ils le poussent à un degré d'exaltation extrême. Les organisateurs de ces concours et ceux qui prennent part aux jeux ont de si grandes satisfactions d'amour propre, les vainqueurs sont tellement accablés d'éloges, tant de fêtes et de banquets s'ensuivent, que nous commençons à nous inquiéter de ces fêtes universitaires, dit un américain, non seulement l'athlétisme triomphe, mais il y a les dépenses colossales, les déperditions d'énergie, la dissipation qu'apportent partout où elles se tiennent, ces luttes sportives de véritables cyclones (1). »

Profitons donc des leçons de l'expérience et constatant d'une part les excellents effets de l'exercice physique convenablement dosé sur les facultés cérébrales, notant d'autre part les effets funestes sur ce même cerveau du surmenage physique évitons de tomber dans cet excès.

Ce qu'il faut bien savoir, c'est que l'éducation physique est le complément indispensable de l'éducation intellectuelle et morale, mais elle ne doit pas être cultivée exclusivement.

La mission de l'enseignement consistera donc dans la mise en œuvre de toutes les forces vives, sans exception, que

(1) Mosso. *Ed. phy. et int.*, p. 161.

l'organisme révèle. Paralyser l'expansion des unes, sous prétexte de favoriser l'expansion des autres, est, du coup fausser tous les rouages, c'est, en réalité, agir au préjudice aussi bien de celles-ci que de celles-là, sous peine d'être vicieux la culture de l'être humain demande à être intégrale, elle se doit, avec une sollicitude égale à toute aptitude native qu'elle a le pouvoir de fertiliser. (Collineau.)

« Le physiologiste et le psychologue seront en effet toujours d'accord pour dire que toute spécialisation d'une fonction, tant que n'est pas achevé le développement de toutes les autres, se fait au détriment de celle-ci. Si le travail est limité à une seule portion de l'organisme, les autres sont délaissées, et non seulement ne se développent pas, mais encore leur croissance est gênée par la suractivité de celle que l'on exerce à leur détriment.

« D'abord et avant tout, formez des hommes, libre ensuite à eux, une fois leur complet développement atteint, et la perfection de leur organisme réalisée, de se spécialiser dans tel exercice physique qui leur plaira, leurs organes, désormais forts et bien équilibrés, seront alors capables de contrebalancer les effets de la spécialisation qui tendrait à dériver d'un seul côté le cours entier des forces vives dont chacun de nous dispose (1). »

La liaison générale, avait dit Tissot (2), qui est entre l'âme et le corps, ne permet pas que le corps puisse être exercé sans l'esprit et l'esprit sans le corps.

Le physique sert de base au moral, et celui-ci ne doit pas être développé au dépens de celui-là. Il faut prendre un soin égal du corps et de l'esprit.

« La nature est un comptable exact : si vous demandez d'un

(1) PHILIPPE. In DEMENY, PHILIPPE et RACINE, *Cours théorique et pratique d'éducation physique*, 2^e édit., p. 254.

(2) TISSOT *Gymnastique médicale et chirurgicale*, 1780, p. 26.

côté plus qu'elle ne peut dépenser, elle rétablit la balance en déduisant d'un autre côté. Si vous la laissez libre, en ayant soin de lui fournir en quantité suffisante les matières premières qu'elle emploie pour la croissance du corps et de l'esprit correspondante à chaque âge, elle produira finalement un individu d'un développement à peu près complet. » (Spencer.)

Il y a une répercussion considérable des phénomènes de croissance physique sur les fonctions psychiques et l'énergie du travail mental. « Il est très probable dit Claparède (1) qu'il y a antagonisme entre l'énergie de croissance et l'énergie mentale. Un tel antagonisme n'a du reste rien pour nous étonner. L'énergie dont peut disposer l'organisme n'est pas infinie, aussi rien de surprenant à ce que, si elle est employée pour les besoins de la croissance organique, ce soit au détriment de l'exercice des fonctions cérébrales. Au contraire lorsque la croissance se calme, cette énergie qui redevient disponible, peut rentrer au service du travail psychique. »

Ce sont les deux notions dont il faut tenir compte.

« Viser à ce que nos enfants se portent bien d'abord, à ce qu'ils s'instruisent ensuite, voilà ce que nous devrions faire, nous visons trop souvent à les instruire d'abord sans souci de savoir si nous leur laissons le temps de faire provision de santé (2). »

Veiller ensuite à l'alternance si utile de l'exercice physique au grand air avec le travail intellectuel sédentaire, alternance bien comprise, car l'effet salubre cesse de se produire lorsque vient la fatigue et que l'exercice trop prolongé, au lieu de reposer l'organisme, ne fait que l'épuiser davantage, en évitant ainsi de corriger un excès de travail intellectuel par un excès de travail musculaire.

(1) CLAPARÈDE. *Psychologie de l'enfant et pédagogie expérimentale*, 2^e édit. Genève, p. 69 et suiv.

(2) Gilbert BALLEZ. Hygiène scolaire, *Revue scientifique*, 2 sept. 1905, p. 289.

L'éducation intellectuelle exclusive nous a donné « les petits crevés, » ne tombons pas dans l'excès contraire et ne cherchons pas à avoir des recordmann. Les premiers tombent au point de vue organique de déchéance en déchéance, jusqu'à l'extinction de leur postérité. Les seconds perdent peu à peu toute culture intellectuelle et tombent dans l'abêtissement.

Dans la société, le rôle des uns et des autres sera nul sinon désastreux. Les uns en proie à toutes les affections morbides, seront ou un poids mort ou un danger social. Les athlètes de leur côté ne rendront jamais au pays les services d'une population féconde, disciplinée, résistante à la fatigue, entraînée au travail, confiante dans ses forces mais soutenue aussi et surtout par un idéal d'intelligence et de moralité.

« La vigueur physique est nécessaire pour qu'on puisse utiliser ses aptitudes intellectuelles dans la lutte pour la vie. Ceux qui, dans leur ardeur à cultiver l'esprit de leurs élèves, ne tiennent pas compte du corps de ces élèves, ne se souviennent pas que le succès dans le monde dépend plus de l'énergie que des connaissances acquises et qu'une politique qui, pour bourer de savoir, détruit l'énergie, travaille à sa propre défaite. Une volonté forte et une activité infatigable résultant de l'abondance de la vigueur animale, compensent largement même de grandes lacunes dans l'éducation, et lorsque ces qualités sont jointes à cette éducation suffisante qu'on peut acquérir sans compromettre la santé, elles assurent une victoire facile sur les compétiteurs affaiblis par l'excès de l'étude, bien que ceux-ci puissent être des prodiges de savoir. » (H. Spencer.)

CHAPITRE III

HISTORIQUE (1)

Organisation de la gymnastique dans les établissements d'enseignement (1791-1910). — Lois. — Décrets. — Réglements. — Arrêtés. — Circulaires.

« Quid leges sine moribus vane proficiunt? »

(HORACE).

(À quoi servent les lois sielles n'ont pas la sanction de l'opinion publique.)

Les exercices physiques de tout temps réclamés par les médecins comme nécessaires à la jeunesse, considérés par tous les éducateurs depuis l'antiquité comme partie intégrante de l'éducation, devaient attendre le xix^e siècle pour entrer officiellement au sein des sociétés modernes dans les établissements d'enseignement.

En France nous trouvons une première manifestation officielle dans le rapport du 10 septembre 1791 sur l'instruction publique de Talleyrand-Périgord. Il attribuait une telle importance à l'éducation physique, qu'il n'hésitait pas à proposer à la constituante d'adopter la mesure que voici :

« ART. VI. — Dans les écoles primaires, pendant les récréations, les enfants seront exercés à des jeux propres à fortifier et à développer le corps. »

Le 27 brumaire an III (9 novembre 1794).

« La Convention nationale, après avoir entendu le rapport de son comité d'instruction publique décrète :

« CHAP. IV, ART. 4. — Les élèves seront instruits dans les exercices les plus propres à entretenir la santé et à dévelop-

(1) Nous avons mis à contribution pour ce chapitre l'ouvrage si documenté de M. DEMENY, *L'Ecole Française*, (libr. Fournier 1909) qu'on consultera avec fruit.

per la force et l'agilité du corps. En conséquence, les garçons seront élevés aux exercices militaires, auxquels présidera un officier de la garde nationale, désigné par le jury d'instruction.

« ART. 5. — On les formera, si la localité le comporte à la natation ; cet exercice sera dirigé et surveillé par des citoyens nommés par le jury d'instruction, sur la présentation des municipalités respectives.

« ART. 6. — Il sera publié des instructions pour déterminer la nature et la distribution des autres exercices gymnastiques propres à donner aux corps de la force et de la souplesse, tels que la course, la lutte, etc... »

.

(Le Représentant du Peuple, inspecteur aux procès-verbaux. Signé: Joseph BECKER.)

Durant l'épopée napoléonienne, la nécessité d'avoir une éducation physique ne se faisait nullement sentir ; bien que de prime abord elle dut être recherchée pour la formation des armées. Mais celles-ci étaient composées de robustes gars des campagnes entraînés aux durs travaux. Ils donnaient chaque jour la mesure de leur force, leur entraînement et leur endurance avaient dès le début surmonté les plus rudes épreuves. La confiance publique n'étant pas trahie, l'opinion ne pouvait supposer qu'il existât une question d'éducation physique. « Napoléon, dit le D^r Tissié, ne saisit pas l'importance d'une éducation physique bien appliquée à la jeunesse, les lycées ne sont pour lui que l'antichambre de la caserne, des marcheurs et des tireurs lui suffisent. » Et encore où sont-ils ces lycées où l'on pratique la marche et le tir.

Après 1815, la nation est comme épuisée par la dépense d'énergie qu'elle a dû fournir depuis plusieurs années. Chacun aspire au repos. On ne note aucune tendance à la cul-

ture physique, pas plus dans la haute société que dans les moyenne et basse classes.

Jusqu'en 1845 nous trouvons bien quelques tentatives pour introduire la gymnastique parmi la jeunesse, mais elles émanent seulement de l'initiative privée et si les pouvoirs publics s'occupent de cette question, ils ne l'envisagent guère qu'au point de vue militaire.

C'est l'époque d'Amoros et de Clias. Le premier d'origine espagnole avait dirigé à Madrid un institut Pastalozzien créé par Charles IV d'Espagne. Devenu bonapartiste à l'avènement de Joseph sur le trône d'Espagne, Amoros dut suivre la fortune du frère de Napoléon et se réfugier en France après la capitulation de Baylen. Naturalisé français en 1816, il perdit par ce fait même la pension, minime il est vrai, que lui valait son titre de réfugié. Sans ressource il enseigna la gymnastique dans la pension Dourdan, 9, rue d'Orléans, puis dans d'autres institutions. Le dernier gymnase qu'il dirigea jusqu'à sa mort, était 14, rue Jean-Goujon, il portait le nom de Gymnase Ortho-somatique et avait M. Thévenin pour professeur. Il réussit ainsi à attirer l'attention des pouvoirs.

En 1820, le préfet de la Seine, M. de Chabrol, créa pour Amoros un gymnase normal civil, et le nomma directeur de cet établissement. L'enseignement devait y être donné gratuitement aux élèves des *lycées et collèges communaux* de Paris et de Versailles. En cette même année, Gouvion-Saint-Cyr fonda également un gymnase normal militaire dans le parc de Grenelle, Amoros en est nommé directeur avec le grade de colonel. De 1820 à 1832 on fit sur sa demande de grandes dépenses pour l'achat d'appareils et l'entretien des bâtiments de son vaste gymnase : 350.000 fr. environ. Il recevait une pension annuelle de 60.000 fr, réduite à 20.000 fr. en 1832, le gymnase normal végéta jusqu'au 29 décembre 1837 où une ordonnance royale le supprima.

Le colonel Amoros mourut le 18 mars 1848 dans sa 78^e année.

Il avait beaucoup écrit sur la gymnastique. Citons seulement son *Traité ou manuel de gymnastique et morale* paru en 1830. Il obtint un prix de l'Institut, et fut adopté par le Conseil supérieur de l'Instruction publique pour les écoles.

Clias, d'origine suisse, d'abord chef d'artillerie légère du canton de Berne, sous le Directoire français, puis nommé directeur des exercices somastétiques de l'Académie de Berne, dirigea un moment le gymnase le plus complet de l'Europe. Venu en France il n'y pouvait trouver place par suite de la grande faveur dont jouissait Amoros avec lequel il eut des démêlés : spécialement au sujet de l'invention du trapèze. Ce fut cependant lui qui fonda le premier gymnase à Paris. Après un séjour en Angleterre, il revient en France vers 1840. Il enseigna la gymnastique à Besançon d'abord, puis à Paris où en 1846 il fut chargé par le préfet de la Seine de *l'enseignement dans les écoles communales*.

En 1819, Clias avait publié sa *Gymnastique élémentaire au cours analytique et gradué d'exercices propres à développer et à fortifier l'organisation humaine*.

Le Programme du concours de 1846 après lequel Clias fut nommé, était le suivant :

« ART. 1^{er}. — Les professeurs de gymnastique français et étrangers peuvent concourir pour l'emploi de délégué général pour l'enseignement de la gymnastique dans les écoles communales de la ville de Paris.

« ART. 2. — Les candidats devront adresser une demande au Préfet de la Seine et produire à l'appui :

« 1^o Toutes les pièces qu'ils jugeront propres à établir leur moralité, leur capacité spéciale et leur expérience de l'enseignement de la gymnastique.

« 2^o Un programme détaillé de leur méthode particulière d'enseignement, et s'il y a lieu, deux exemplaires des ouvrages publiés par eux sur cette matière.

« ART. 3. — Ne seront admis à concourir que les candidats qui présenteront une méthode purement élémentaire, pouvant s'appliquer au moyen d'appareils les moins nombreux, les plus simples, les moins dispendieux et les mieux appropriés aux locaux actuels des écoles.

« Le prix de premier établissements des appareils ne devront pas excéder *cinquante francs*.

« Quant à la rétribution des maîtres appelés à donner cet enseignement, elle est fixée à raison de *cent francs* par an, pour chaque école.

« ART. 4. — L'enseignement pour l'essai des méthodes durera du 1^{er} janvier au 1^{er} novembre suivant, et consistera en deux leçons par semaine, d'une demi-heure chacune, répétée dans l'intervalle par des moniteurs qui devront être préalablement formés par les maîtres de gymnastique.

« ART. 5. — La liste des candidats sera définitivement close le 30 novembre 1846 et le comité central d'instruction primaire désignera avant le 1^{er} janvier 1847 ceux qui seront admis pour l'essai des méthodes ».

Après cet essai, il sera pourvu par le même comité, à la nomination définitive d'un délégué général pour l'enseignement de la gymnastique.

Clas fut nommé délégué général.

Ainsi les premiers essais d'introduction de la gymnastique dans les établissements d'enseignement ont été tentés d'une part avec Clas dans l'enseignement communal, et de l'autre avec Amoros dans l'enseignement secondaire. Mais que pouvaient ces deux hommes seuls, sans collaborateurs sérieux, abandonnés des pouvoirs publics pour réagir contre l'indifférence du public. L'enseignement de Clas fut bientôt interrompu et le gymnase d'Amoros fermé en 1837.

Vers 1845 on s'aperçoit que la gymnastique prend une grande importance en Europe et plus spécialement en Allemagne, qui à cette époque se couvrait de gymnases sous l'énergique impulsion donnée par Jahn.

Les documents officiels concernant l'enseignement de la gymnastique font alors leur apparition en France.

En 1845, M. de Salvandy, ministre de l'instruction publique nomme une Commission composée de sept membres chargés :

1° De constater l'état actuel des exercices gymnastiques dans les lycées et collèges de Paris et de Versailles ;

2° De rechercher les causes qui ont fait délaissé ou négliger ces exercices ;

3° D'apprécier l'influence de la gymnastique telle qu'elle a été pratiquée, sur les études, sur la santé et sur les mœurs des élèves ;

4° D'examiner de quelle utilité il pourrait être de remettre les exercices gymnastiques en pratique ;

5° Subsidiairement, d'indiquer les moyens à employer pour arriver à ce but.

« Cette commission, dit Napoléon Laisné (1), après quelques recherches insignifiantes, fit venir cinq professeurs de gymnastique près d'elle. Nous comparûmes à la réunion du 12 novembre 1845 et l'on nous interrogea. Ces cinq professeurs représentaient deux nuances différentes ; il y avait deux employés civils, et trois employés militaires pompiers. Les questions qui nous furent adressées étaient de très peu d'importance ; et les trois militaires pompiers ne craignirent pas de déclarer, à la suite des questions qui les avaient mis sur la voie, que la gymnastique avait provoqué chez eux des dispositions ignobles. Je crois bon de ne faire aucune réflexion sur les dispositions tout exceptionnelles de ces messieurs, et je me bornerai à dire, que cette déclaration vint fort à propos pour clore la séance ; car nous ne sûmes jamais quel rapport avait fait cette commission, ni ce qu'était devenu le fruit de ses recherches. »

(1) Napoléon LAISNÉ. *Application de la gymnastique à la guérison de quelques maladies*, p. 294.

En effet, le travail de cette Commission ne reçut aucune publicité.

La loi du 15 mars 1850 (art. 23), inscrit l'enseignement de la gymnastique dans les matières facultatives de l'enseignement primaire.

Le règlement du 24 mars 1851, relatif aux écoles normales primaires, classe la gymnastique dans les matières de l'enseignement.

Quant aux lycées et collèges, il faut franchir une longue période après 1845, et arriver au 7 novembre 1853 pour qu'on s'occupe d'eux au point de vue gymnastique. A cette date, M. le ministre de l'Instruction publique nomma une commission chargée de composer un règlement pour l'enseignement de la gymnastique dans les Lycées de l'Empire. Cette commission termina son travail qui fut approuvé et publié le 13 mars 1854.

M. le ministre Fortoul, « considérant qu'il importe de rechercher les moyens les plus propres à développer les forces physiques de la jeunesse confiée aux lycées, et de la mettre ainsi en mesure d'accomplir sans fatigue le travail intellectuel qui lui est demandé, institue une Commission chargée d'indiquer les exercices gymnastiques, militaires, d'équitation et de natation les plus propres à développer les forces des enfants et à leur assurer une bonne constitution physique ». M. Bérard fut le rapporteur.

Le règlement qui intervint porte que « la gymnastique fait partie de l'éducation des lycées ; elle est l'objet d'un enseignement régulier qui est donné aux frais de l'établissement.

Napoléon Laisné, dès l'apparition de ce règlement de 1845 « qui, soi-disant, avait été fait pour étendre l'enseignement de la gymnastique dans les Lycées de l'Etat », nous dit que « non seulement la gymnastique a perdu une grande partie de son importance auprès du public, parce qu'elle a été sou-

mise au seul régime militaire, mais elle a perdu davantage encore sous le rapport moral, depuis qu'il a été décidé, par un article spécial de ce règlement, que des militaires sortis du service seraient des maîtres remplissant suffisamment les conditions nécessaires pour enseigner cet art ».

En 1865, la loi du 21 juin sur l'enseignement secondaire spécial, réserve une place à l'enseignement de la gymnastique ; mais cet enseignement n'est pas compris dans les matières obligatoires.

Au mois de décembre 1866, le D^r Hillairet, médecin du Lycée Saint-Louis, rédige une liste des appareils et agrès nécessaires à l'enseignement de la gymnastique.

En 1868 (15 février) une Commission est chargée par Duruy, ministre de l'Instruction publique, de l'examen des questions relatives à l'enseignement de la gymnastique dans les écoles publiques.

Hillairet (1) fut nommé rapporteur.

Pendant plus de trois mois, cette Commission étudia avec soin, dans des réunions nombreuses, les questions qui lui étaient soumises ; elle discuta la plupart des exercices qu'elle a fait exécuter devant elle avant de les adopter ; elle s'est transportée dans plusieurs gymnases pour se rendre un compte exact des diverses méthodes d'enseignement et recueillir ce qu'il y a de préférable dans chacune. Elle visita successivement « le gymnase du régiment des sapeurs-pompiers, dirigé par M. le capitaine Vergnes ; le gymnase particulier de M. Pascaut, homme intelligent et professeur habile ; le gymnase de l'hôpital des Enfants, si renommé, grâce à la savante direction de M. Laisné ; le splendide gym-

(1) Le D^r HILLAIRET, membre de l'Académie de Médecine et du Conseil d'hygiène du département de la Seine, médecin de l'hôpital Saint-Louis et du Lycée Saint-Louis, membre de la Commission administrative et d'hygiène des Lycées de Paris, officier de la Légion d'honneur, officier de l'Instruction publique.

nase du lycée de Vanves. Quelques-uns des membres de la Commission visitèrent séparément et officieusement les gymnases Triat, Paz, et le gymnase militaire de la Faisanderie dont l'organisation est si remarquée ».

« Enfin le rapporteur a dû se présenter chez M. le D^r Zimmerman, seul représentant de la méthode de Ling, à Paris, pour obtenir des renseignements qui ont concouru à fortifier la Commission dans la marche adoptée pour tracer son programme. »

C'est assez dire combien le travail de cette Commission fut sérieux. D'ailleurs l'œuvre de son rapporteur, le D^r Hillairet, est un document remarquable et qui fixe nettement l'état de la gymnastique à cette époque.

Après un historique succinct de la gymnastique chez les Grecs, les Romains, les Perses et les Égyptiens, il analyse l'œuvre de Jahn, Ling, Clias et Amoros, et constate que si la gymnastique était peu propagée en France, cependant « avant que l'Allemagne se mit en mouvement, des savants français s'occupaient, dans leurs écrits, d'en poser les principes les plus utiles et tentaient de la propager ».

Il fait un tableau très détaillé de l'enseignement de la gymnastique en Allemagne, en Suisse, en Belgique, en Suède, Norvège, Russie, Italie, Espagne, Angleterre, Ecosse, Grèce.

Puis passant à l'état de la gymnastique en France, il classe les établissements comme il suit :

Etablissements qui ont une collection d'appareils et d'agès :

67 lycées.....	sur 82
90 collèges.....	sur 254
29 écoles normales.....	sur 78

Personnel des professeurs : sur 82 lycées.

61 n'ont qu'un professeur,
4 en ont deux,

3 en ont trois,
 1 en a quatre,
 1 en a cinq,
 1 en a dix (Vanves).

Ce qui donne un total de 97 professeurs, 334 militaires et 63 civils, parmi lesquels 31 sont d'anciens militaires, plusieurs mêmes ont été officiers.

Sur 253 collègues : 47 n'ont qu'un professeur, 8 en ont deux.

Ce qui donne 63 professeurs : 24 militaires et 39 civils, au nombre desquels 23 ont servi.

Sur 78 écoles normales, 14 ont un professeur.

Sur ces 14, 2 sont militaires et 12 civils : parmi ces derniers 9 ont servi.

Traitement des professeurs :

Dans les lycées, le traitement moyen est de 449 fr. 60.

Maximum.....	1000.00
Minimum.....	90.00

Dans les collèges, le traitement moyen est de 402 fr. 40.

Maximum.....	1200.00
Minimum.....	60.00

Dans les écoles normales, le traitement moyen est de 274 francs.

Maximum.....	600.00
Minimum.....	35.00

Un certain nombre d'établissements ont un gymnase et pas de professeur, d'autres ont un professeur et pas de gymnase.

Enseignement.

Le nombre des leçons est en général de deux par semaine, elles occupent toutes le temps des récréations, tantôt celui des études.

Le nombre des élèves sous un seul maître varie entre 6 minimum et 65 ou 70. La moyenne étant de 20 à 25.

« Les écoles primaires, si longtemps privées de gymnastique subissent une impulsion nouvelle, et déjà elle se répand dans les départements du nord et de l'est. Cependant elle n'a pénétré que dans un nombre limité d'écoles.

« L'organisation de cet enseignement a, dès le principe, péché par sa base, le recrutement des professeurs, ce qui fait qu'il manque d'une direction uniforme et rationnelle. »

Le Dr Hillairet analyse ensuite les principales méthodes entre lesquelles est actuellement partagé l'enseignement de la gymnastique en Europe.

La méthode de Ling en Suède, celle de Spien et Eiselen en Allemagne, celle de Pestalozzi, et Elias en Suisse, celle d'Amoros et Elias en France, modifiée par Laisné, le colonel d'Argy, le capitaine Vergues et le capitaine de Féraudy.

« Quoi qu'il en soit de ces différentes méthodes, ce doit être le point le plus important de l'enseignement de la gymnastique pédagogique, que de la mettre en harmonie avec l'âge, la constitution des enfants et le plan d'études des différentes écoles, ou, en d'autres termes, d'instituer cet enseignement de façon à ce qu'il suive une progression parallèle au programme des études sérieuses selon la capacité physique et intellectuelle des élèves. Pour atteindre ce but, des connaissances anatomo-physiologiques sont indispensables. Ne faut-il pas, en effet, savoir quelle est la source des mouvements, comment ils sont produits, quels en sont les organes, et enfin quels résultats physiologiques locaux ou généraux, ils peuvent donner. »

Et il pose ensuite les données anatomo-physiologiques sur lesquelles doivent reposer le programme, celui-ci est dressé pour les écoles primaires, pour les lycées et collèges, et pour les écoles normales. Les exercices élémentaires et les

exercices d'applications y sont classés suivant les différents âges.

Les exercices militaires, le maniement du fusil sera enseigné dans les lycées et collèges.

Le rapport se termine par des considérations sur la conduite des enfants au gymnase, le temps des leçons, le costume, le nombre des élèves, l'installation du gymnase, le recrutement des professeurs, enfin par les trois vœux suivants :

1° Rendre la gymnastique obligatoire dans les lycées, les collèges communaux, les écoles normales primaires et les écoles primaires publiques.

2° Etablir un gymnase modèle dans l'école normale de Cluny ; créer, en outre, une école normale de gymnastique à Paris ;

3° Nommer, dès aujourd'hui, une commission chargée de délivrer des diplômes facultatifs constatant l'aptitude spéciale à l'enseignement de la gymnastique.

Duruy nomma alors des commissions permanentes pour s'occuper de la question.

Le décret du 3 février 1869 mettait la gymnastique au nombre des matières enseignées dans les lycées et collèges communaux, dans les écoles primaires communales et dans les écoles normales primaires. « Une commission de cinq membres, nommée par le ministre de l'instruction publique, est instituée au chef-lieu de chacune des académies pour examiner les candidats qui veulent obtenir un *certificat spécial d'aptitude à l'enseignement de la gymnastique*, à ce décret étaient annexés les programmes de l'enseignement de la gymnastique ».

Le 9 mars 1869, Duruy envoie une « circulaire aux recteurs sur l'enseignement de la gymnastique dans les établissements d'instruction ». Il insiste sur son utilité et développe ces idées

que la gymnastique remplacera d'une manière heureuse le vagabondage, assouplira les membres des ruraux, fortifiera les employés d'usine et donnera à tous une discipline de corps et d'esprit.

Il veut que les leçons soient de quatre par semaine d'une demi-heure chacune et prises sur le temps des études.

Dans les villes de garnison les maîtres pourront être recrutés parmi les instructeurs militaires.

En même temps une circulaire était envoyée aux Préfets « sur l'installation dans les écoles normales primaires et les écoles primaires, du matériel nécessaire pour l'enseignement de la gymnastique ».

Un arrêté du 21 avril 1869 fixe la construction et l'aménagement du gymnase scolaire.

Le 4 mai, une circulaire précise les précautions à prendre pour l'admission des élèves aux exercices et pour la visite des appareils.

Le 11 mai, nouvelle circulaire de Duruy aux recteurs, leur demandant de lui adresser « dans la première quinzaine du mois de juillet prochain, un rapport d'ensemble sur la gymnastique dans les lycées et collèges de leur académie, » installation du matériel, nombre et nature des agrés, nombre d'heures de travail, amélioration, etc., etc.

Cinq jours plus tard autre circulaire relative au traitement des professeurs de gymnastique.

12 juillet, circulaire relative à l'organisation de l'enseignement de la gymnastique, suivi le 17 d'une autre, où sont spécifiés les emplois de maître de gymnastique à réserver aux anciens militaires.

Le 25 novembre paraissait l'arrêté relatif à l'examen pour le certificat d'aptitude à l'enseignement de la gymnastique.

Le 25 juin 1870. Le Ministre de l'Instruction publique Mege, autorisait dans les lycées, l'usage d'un appareil de sauvetage en cas d'incendie, inventé par M. Charrière.

Nous avons tenu à citer dans leurs détails les rapports, circulaires et arrêtés, qui se succédèrent sans interruption, durant les années 1868 et 1869. Cela montre combien les pouvoirs publics sont remplis de bonne volonté. Au point de vue théorique, la question est étudiée sur toutes ses faces. La gymnastique militaire « qui jusqu'à un certain point est dangereuse est nettement séparée de la gymnastique pédagogique » qui doit être hygiénique. Mais en réalité c'est une agitation de surface, qui ne pénètre pas dans la population.

La guerre arrive, mais si la République succède à l'Empire, les circulaires succèdent aux circulaires. Jules Simon en reprend la série le 2 novembre 1871, toujours relative à l'enseignement de la gymnastique dans les établissements secondaires et primaires. Il demande quels sont les écoles non pourvues de gymnase et insiste sur le bon recrutement des professeurs.

Le 13 décembre 1871, des exercices militaires et des cours d'équitation, sont préconisés dans les lycées et collèges ; des fusils et des chevaux harnachés seront mis à la disposition des élèves. On sent le mobile qui fait agir alors. La revanche hante tous les esprits, on espère la préparer en faisant de l'écolier un soldat.

Au budget de 1872, l'Assemblée nationale inscrit un crédit de 100.000 francs, pour seconder le développement de l'enseignement de la gymnastique dans les établissements d'instruction primaire, qui, dit Jules Simon, devront surtout profiter aux écoles normales.

Il écrit le 27 septembre 1872 : « mon intention formelle est que la gymnastique soit enseignée dans tous les établissements et rendue obligatoire pour tous les élèves », et plus loin : « dans certains lycées, on a pris l'habitude, pour ne pas allonger démesurément la distribution des prix, de décerner, la veille et en quelque sorte à huis clos, les prix de

gymnastique. J'entends que ces prix soient proclamés avec les autres et qu'on n'omette rien pour les rendre désirables ».

L'erreur de vouloir faire des soldats s'accusent d'autre part de plus en plus, « il faut qu'à dix-huit ans un jeune homme élevé par nous fasse l'exercice avec la précision d'un vétéran ».

Plein de bonnes intentions il s'écrie : « L'éducation physique est encore à créer en France, et je vous prie de m'y aider. Je lirai moi-même les rapports de tous les proviseurs ; et je préférerai cette occupation à toutes les autres, car je vois là un service à rendre aux familles et au pays ».

Le 1^{er} juillet, Gréard, alors directeur de l'enseignement primaire, avait demandé à Paz, s'il voulait se charger d'enseigner les premiers principes de l'école du soldat, et les exercices de plancher sans instruments, aux instituteurs de la rive droite, de façon qu'ils puissent ensuite transmettre cette instruction à leurs élèves. D'autre part, Napoléon Laisné fut prié de faire le même cours, aux instituteurs de la rive gauche.

Une circulaire du 22 octobre 1872, nous fait savoir que les élèves externes ne participaient en aucune façon aux exercices militaires, à la gymnastique et aux promenades topographiques, et Jules Simon, veut les faire profiter le plus tôt possible de ces avantages.

En novembre 1872 et avril 1873 on s'occupe de régler les appareils et agrès, mais l'expérience montre bientôt (Janvier 1875), l'inutilité et les inconvénients de quelques-uns.

M. de Cumont décrète la suppression du tremplin, du vindas, du trapèze à voltige, du passage de rivière et des bascules brachéales.

En 1876, paraît une circulaire relative au remplacement des fusils Snider par des fusils, modèle 1866.

La circulaire du 25 juin 1878, nous apprend que la Commis-

sion centrale de gymnastique, maintien le trapèze dont les exercices lui présentent une utilité incontestable, au point de vue du développement musculaire, mais elle en réglemente l'emploi, pour éviter les accidents auxquels cet engin a donné lieu.

Le sénateur Georges rend, par une loi du 27 janvier 1880, la *gymnastique obligatoire* dans les établissements d'instruction publique de garçons dépendant de l'Etat, des départements et des communes.

Une commission est instituée suivant les instructions de Jules Ferry, ministre de l'instruction publique ; elle forme la Commission centrale de gymnastique et d'exercice militaire chargée d'élaborer un programme applicable dans les différents établissements scolaires du pays. Un manuel de gymnastique est rédigé pour les garçons, un autre pour les filles.

C'est alors que sous la poussée de toutes ces circulaires ou toujours la préparation militaire était mise en avant, des instructions pour la fourniture et l'emploi du fusil aux écoles, et peut-être sous la poussée de l'opinion publique exaltée, on organise à grands frais les bataillons scolaires qui fleurissent durant la période qui va de 1881 à 1889. On avait imaginé d'habiller, d'équiper, d'armer de fusils de tous jeunes enfants, de les organiser militairement, de leur faire faire l'exercice, de les passer en revue. On assiste à des parades un peu grotesques d'enfants bien sanglés, et impassiblement alignés, ou parcourant les rues au son du tambour et du clairon, le fusil sur l'épaule.

Les conseils municipaux étaient fiers de posséder ces troupes liliputiennes, croyant de bonne foi qu'ils élevaient des héros à la brochette.

Les dépenses étaient considérables pour n'obtenir que de minuscules fantoches (1).

(1) En 1888, au budget de la ville de Paris, 146.000 francs étaient inscrits pour les bataillons scolaires.

Cette tentative devait heureusement tomber sous le ridicule et l'indifférence.

La chanson s'en était mêlée, et dans toutes les bouches se trouvaient les couplets émanés du Chat Noir :

Il était une fois quat' mioches
Conduits par un caporal..
C'était l' bataillon sans reproches
Des scolaires de Bougival (1).

A côté de cette tentative de réforme qui devait avorter, un mouvement sportif et scientifique beaucoup plus sérieux se dessinait. Ces essais devaient peu à peu être sanctionnés par les pouvoirs publics. A la tête du mouvement se trouvait M. Demeny, qui depuis n'a pas cessé d'être sur la brèche pour faire triompher la cause de l'éducation physique.

Avec Corra, « il fonde le cercle de gymnastique rationnelle en 1880, et ouvre aux professeurs et aux instituteurs les premiers cours de physiologie appliquée à l'exercice. Une subvention de la ville de Paris leur permet de publier un bulletin du cercle : *L'Education physique*, qui est envoyé gratuitement pendant six années aux instituteurs de la Seine (2). »

« Le physiologiste Marey crée avec M. Demeny la station physiologique du Parc des Princes, et c'est sur les résultats de leurs recherches poursuivis pendant quinze années que devaient être basées les réformes de l'éducation physique dans l'Université et dans l'armée. »

Des arrêtés, des décrets se suivent coup sur coup et sont la conséquence de leurs travaux. Ces décrets se ressentent malheureusement de la tendance de l'opinion qui ne voit que les bataillons scolaires.

(1) La suppression des bataillons scolaires de la ville de Paris, fut définitive le 30 avril 1891.

(2) DEMENY. *L'Ecole française*, Paris, libr. Fournier, 1909, p. 36.

La loi du 28 mars 1882 rend la gymnastique obligatoire dans l'enseignement primaire, pour les garçons et pour les filles. Les exercices militaires sont, en outre, rendus obligatoires pour les garçons.

Une circulaire de Jules Ferry du 21 mai de la même année, préconise l'exercice dont on attend, avec tant de raison, dit-il, d'importants résultats pour préparer dans l'enfant le futur soldat.

Pour encourager dans cette voie, un drapeau sera offert à l'occasion de la fête nationale du 14 juillet, à l'école du canton où un enseignement régulier aura été donné.

Une enquête est prescrite sur l'enseignement gymnastique et militaire dans les écoles normales.

Le 3 juillet, autre circulaire relative à des cours spéciaux de gymnastique pour les instituteurs à organiser dans les écoles normales.

Le *Manuel de gymnastique* paru après la loi du 27 janvier 1880 fut refondu en 1884. Il comprenait une partie de gymnastique militaire, une autre scolaire et une troisième avait trait au service des marches, de topographie et de tir.

Le résultat sur la santé des enfants devait être médiocre, autant par faute d'application que par erreur de méthode. Nous sommes en plein bataillon scolaire. Le 8 mars 1887, l'Académie de médecine ouvrait une longue discussion sur le surmenage intellectuel. C'était le cri d'alarme jeté contre les programmes surchargés de l'enseignement universitaire. La discussion ne devait prendre fin que le 9 août de la même année.

Des propositions furent votées.

L'Académie proposait l'installation des lycées et collèges à la campagne, de larges espaces bien aérés pour les récréations, la diminution du temps consacré aux classes et études et l'augmentation des récréations et exercices.

Elle reconnaissait la nécessité de l'entraînement physique proportionné à l'âge (marches, courses, sauts, mouvements réglés, exercices de tous genres).

Cette même année « la commission ministérielle réunie par l'initiative de Marey et de M. Buisson, était chargée de réviser les manuels de gymnastique scolaire, elle publie son travail en 1891, le travail était précédé d'une introduction rédigée par M. Demeny, son rapporteur, et donnait déjà sur la valeur des exercices, leur choix et leurs effets physiologiques des notions très précises. » (1)

La gymnastique éducatrice était nettement séparée de la gymnastique d'application comme la gymnastique pédagogique l'était de la gymnastique militaire. « Les exercices de la barre fixe, du trapèze et des anneaux, étaient abandonnés, ne présentant aucun intérêt pour l'école, et les jeux et sports étaient joints à la gymnastique méthodique. » Mais à l'heure actuelle tout ce matériel existe encore presque partout et on y exécute toujours les exercices mauvais.

Dans la préface de ce nouveau manuel on y lit d'excellents principes. « La gymnastique, dit-elle, a pour but le perfectionnement physique de l'homme. C'est l'éducation du mouvement; elle ne se propose ni la recherche exagérée de la force musculaire, ni l'habileté excessive à vaincre des difficultés exceptionnelles, mais elle est une des conditions nécessaires de l'harmonie de l'être humain. » Et plus loin : « Les modifications utiles et persistantes que l'on doit s'efforcer d'obtenir par la gymnastique se résument comme il suit :

- a) Développement de la charpente osseuse;
- b) Développement général du système musculaire.
- c) Fixation de l'épaule;
- d) Ampliation thoracique;

(1) DEMENY, *Ecole française*, p. 38.

e) Solidité des parois abdominales;

f) Perfectionnement de la coordination des mouvements ».

Enfin on attache plus d'importance aux qualités de fond qu'à la virtuosité.

L'année 1888 voyait la formation de la Ligue nationale de l'éducation physique, dont Berthelot accepte la présidence. Cette ligue publia un bulletin mensuel où elle préconisa les jeux en guise d'exercice. En même temps apparaissait le Comité pour la propagation des exercices physiques dans l'Education, avec Jules Simon comme président, et M. Pierre de Coubertin, comme secrétaire général. Une sous-commission émanée de ce comité, publia en 1899 le *Manuel des jeux scolaires et des exercices athlétiques*, qui « répandu dans l'Université, rendit d'inappréciables services dans les milieux encore mal préparés à une conception sérieuse de l'éducation physique (1) ». Ainsi se trouvait peu à peu préparée la manifestation du Congrès des Exercices physiques qui eu lieu à l'Exposition universelle de 1889.

Au mois de mars 1890, le Président Carnot prenait l'initiative d'un projet de loi ainsi conçu :

ARTICLE PREMIER. — L'enseignement de la gymnastique et des exercices de marche est obligatoire, pour les garçons de six à dix-sept ans, dans tous les établissements d'instruction de l'ordre primaire ou secondaire, tant publics que privés.

ART. 2. — Cet enseignement est donné suivant des programmes gradués, arrêtés par le Ministre de l'Instruction publique, d'après l'âge des jeunes gens, et en tenant compte de l'importance et de la nature des établissements.

ART. 3. — En vue de constater les résultats obtenus, le Ministre de l'Instruction publique fait procéder, chaque année, à une inspection de tous les établissements.

(1) Pierre DE COUBERTIN. *Les batailles de l'Education physique, une campagne de vingt-et-un ans, 1887-1908.*

Cette inspection est confiée à des agents désignés après entente entre les départements de l'Instruction publique et de la guerre.

Elle donne lieu à un rapport qui est adressé au Ministre de l'Instruction publique pour être annexé au budget.

Il est donné communication de ce rapport au ministre de la guerre.

ART. 4. — La présente loi entrera en vigueur à partir du 1^{er} octobre 1890...

A cette dernière date, les dispositions de la loi du 27 janvier 1880, qui ne rend l'enseignement de la gymnastique obligatoire que pour les établissements publics d'instruction seront abrogés.

Fait à Paris le 1^{er} mars 1890,

Le Président de la République Française,

Signé : CARNOT

Par le Président de la République,

Le Ministre de la guerre.

Signé : C. DE FREYCINET.

Le Ministre de l'Instruction publique.

Signé : FALLIÈRES.

Ce projet de loi ne vient même pas en discussion.

Le 7 juillet 1890, paraît la circulaire de M. Bourgeois, ministre de l'Instruction publique relative à l'emploi du temps, à l'éducation physique et à l'hygiène dans l'enseignement secondaire. Cette circulaire fixe administrativement les vœux émis par l'Académie de médecine en 1887.

Elle révèle un état d'esprit nouveau; une liberté plus grande est accordée aux élèves, on facilite l'organisation de sociétés de jeux scolaires.

A l'avenir, dit la circulaire, les récréations et les jeux tiendront une large place dans la vie scolaire.

Les promenades sont rendues obligatoires. La gymnastique doit « soumettre tous les élèves à un entraînement progressif et méthodique, et provoquer chez tous, par des exercices sagement gradués, le développement régulier des divers organes. »

Elle relègue au second plan les exercices militaires proprement dit, ayant pour principe qu'il faut arriver à former des jeunes gens vigoureux et alertes, habitués à la marche et à la fatigue, imbus de l'esprit de discipline, ayant conscience des devoirs qui les attendent au régiment.

Un arrêté du 10 août 1890 consacre cet enseignement.

En 1890 commencent une période d'engouement pour les jeux et presque uniquement pour les jeux venus d'Angleterre, c'est alors qu'apparaissent les lendits auxquels les partisans les plus résolus des exercices sportifs ne ménagèrent pas les critiques. « Ces fêtes déplorables dit M. de Saint-Clair, d'après Pierre de Coubertin (1), qui en accumulant sur un bref espace de temps aux approches des examens, des concours multiples risquaient à la fois de jeter le désarroi dans les études et d'inaugurer un véritable surmenage physique, sans parler de l'inconvénient que présentaient au point de vue pédagogique un retentissement exagéré et une publicité outrancière. »

Le côté hygiénique était tout à fait négligé, car on faisait disputer, pendant un mois, tous les jeudis et tous les dimanches, à peu près sans interruption, un chapelet de réunions, de natation, de gymnastique, de courses à pied, d'escrime.

En raison de cet entassement, il était impossible aux concurrents de se présenter avec le plus léger soupçon d'entraînement, et comme la plupart participaient à presque toutes les épreuves, on peut aisément supposer quel épuisement dispensait un tel surmenage.

Le résultat fut d'amener la disparition de ces réunions, et, ce qui est plus grave, de jeter sur le sport un discrédit dont il ne se relève que difficilement.

En 1891 le ministère de l'Instruction publique publiait le

(1) Pierre DE COUBERTIN, *Les batailles de l'Education physique, une campagne de vingt et un ans, 1887-1908* p. 50.

manuel d'exercices gymnastiques et de jeux scolaires dont nous avons parlé.

Une circulaire aux recteurs indique que les élèves externes des lycées et collèges, pourront être admis aux cours accessoires (escrime, équitation, etc.).

De son côté, la ville de Paris créa « le premier cours d'enseignement supérieur de l'Education physique et en chargea M. Demeny. Une commission municipale fut saisie de la réforme de l'enseignement dans la Ville de Paris et M. le colonel Derué, inspecteur des écoles, y introduisit les principes de la nouvelle gymnastique pédagogique (1). »

De 1892 à 1896, le conseil municipal de la Ville de Paris vota vingt-cinq mille francs pour l'organisation dans ses écoles communales de jeux scolaires. Mais les directeurs d'école et les professeurs de gymnastique se montrèrent peu favorables à cette mesure, et les jeux scolaires ne furent jamais véritablement réalisés. On s'y exerça — et combien rudimentairement — que dans moins de la moitié des écoles de la ville. (Ch. de Saint-Cyr.)

En 1898, une nouvelle commission supérieure de l'Education physique est nommée au Ministère de l'Instruction publique. Elle est chargée d'étudier les nouvelles réformes à apporter dans l'enseignement de la gymnastique et des jeux en plein air.

En 1899, la Chambre des Députés vota une somme de 100.000 francs sur le budget du ministère de l'Intérieur pour subvention aux sociétés de gymnastiques, de tir et d'éducation physique. Jusque-là les fonds alloués étaient de 40.000 francs.

Une commission parlementaire après enquête, émit les vœux : que « la durée totale des heures de classe et d'étude

(1) DEMENY. *Ecole française*, p. 129.

sera réduite à six heures pour les enfants de moins de douze ans, et n'excèdera pas huit heures pour les élèves de moins de seize ans.

« L'éducation physique sera organisée sérieusement et aura une sanction soit dans les examens de fin d'études, soit au point de vue militaire. »

Pendant l'année 1900, le zèle des pouvoirs est fortement stimulé par les nombreux congrès et concours physiques qui ont lieu à l'Exposition Universelle et qui défendent vivement la cause de l'Education physique.

A cette date a lieu le I^{er} Congrès international de l'Education physique, organisé par M. Demeny.

Le ministre du Commerce charge l'Union des Sociétés françaises de sports athlétiques d'organiser les concours de jeux de plein air.

Vers la fin de l'année, le ministre de la Guerre publie le programme d'éducation physique et d'enseignement militaire pour les élèves du Prytanée militaire de La Flèche.

Une voie nouvelle est ouverte à l'enseignement physique.

On proscriit au début de tout entraînement, toute recherche exagérée de la force musculaire. Ce sont, de 10 à 16 ans, des exercices d'assouplissement, d'équilibre, de sauts modérés, de voltige, d'escalade, de natation ; de 16 à 21 ans, progressivement des exercices d'escrime, d'équitation, des mouvements plus difficiles aux appareils, des jeux de plein air.

En 1902 paraît le règlement militaire sur la gymnastique. Il s'inspire des principes de la méthode suédoise en lui prenant ce qu'elle a de bon.

L'apparition de ce règlement a été le point de départ d'une évolution, et a définitivement marqué une ère nouvelle dans l'enseignement de la gymnastique en France.

Sur la demande de M. Charles Cazalet, président de l'Union

des Sociétés de Gymnastique, le ministre de l'Instruction publique crée, en 1903, le cours supérieur d'Education physique. C'est un cours de perfectionnement fait pendant les vacances au personnel des lycées et collèges, aux instituteurs et aux candidats à la fonction de professeur de gymnastique dans les établissements d'enseignement public. La direction de ce cours a été confiée à M. Demeny (1).

Un décret du 22 décembre 1904 charge une commission interministérielle d'éducation physique d'établir les bases communes aux manuels de la guerre, de l'Instruction publique et des Sociétés de gymnastique.

Cette commission interministérielle devait se borner à établir un avant projet de nouveau manuel pour les établissements d'instruction publique. Dans ses séances du 8 juillet 1905 et du 30 mai 1906 une série de vœux, concernant la question, était adoptée et le 23 juillet 1906 par l'intermédiaire de son président le général Mercier-Milon, elle adresse le compte-rendu de ses travaux à M. le ministre de la guerre. En même temps elle adoptait les considérations générales et le plan détaillé du manuel d'exercices physiques et de jeux scolaires.

Une commission nommée par M. le Ministre de l'Instruction publique par arrêté du 14 novembre 1907 fut chargée de la rédaction du manuel. Elle se composait de M. Bonnard, inspecteur de l'Académie de Paris, président; de MM. G. Demeny, colonel Derué, G. Racine et Sandoz, membres.

« L'enseignement de la gymnastique est dès lors mis sur le même pied que les autres branches de l'enseignement, celui de dessin et de la musique en particulier. Le nouveau manuel d'exercices de l'Instruction publique est établi sur le plan de la commission interministérielle et conformément

(1) DEMENY. *Ecole française*, p. 39.

au cours supérieur. La Chambre des députés saisie de ces questions par la commission de l'armée, va proposer l'obligation de la gymnastique dans tous les établissements et la création d'une école normale civile. »

En effet, le rapport du D^r Lachaud, fait au nom de la commission de l'armée chargée d'examiner le projet de loi sur la préparation militaire, conclut à l'obligation formelle de l'éducation physique donnée à tous les élèves des établissements publics d'enseignement.

Tout récemment enfin, M. Doumergue, ministre de l'Instruction publique, a adressé une circulaire aux recteurs prescrivant à tous les chefs d'établissements d'encourager et même de provoquer la création de nouvelles associations sportives.

Ces associations, dit en substance M. Doumergue, sont excellentes, non seulement parce que les sports que pratiquent leurs jeunes adhérents constituent pour leur corps des exercices vivifiants et salutaires. Mais aussi « parce qu'elles développent leur personnalité, leur apprennent à se gouverner eux-mêmes et à conserver l'estime les uns des autres, et, en les obligeant à se soumettre à une règle qu'ils se sont imposée volontairement, donnent à leur caractère plus de fermeté et de décision ».

Et il ajoute : « Tous ceux qui ont vu de près ces sociétés en ont reconnu l'heureuse influence, au point de vue de l'éducation morale. » « Il est bon que MM. les proviseurs et principaux considèrent ces sociétés comme un organisme presque nécessaire, qui complète la maison et lui fait honneur. »

Nous allons voir de quoi a pu nous doter ce fatras de lois règlements, arrêtés, circulaires, ou les choses excellentes, abondantes, mais qui malheureusement comme trop souvent en France vont reposer en des cantons poudreux et restent sans aucune sanction.

CHAPITRE IV

ETAT ACTUEL DE L'ENSEIGNEMENT DE LA GYMNASTIQUE.

Enseignement primaire, secondaire et supérieur. — Son insuffisance. —
Causes et remèdes.

« L'université ne se dérange pas facilement de
ses usages. »

(Jules SIMON.)

La gymnastique mise par le décret du 3 février 1869 au nombre des matières enseignées dans les lycées et collèges communaux, dans les écoles primaires communales et les écoles normales primaires, puis rendue obligatoire dans tous ces établissements par la loi du 27 janvier 1880, est donc une des branches de l'enseignement. Pourquoi faut-il alors que en 1908, M. le Dr Lachaud dans son projet de loi sur la préparation militaire, spécifie art. 1^{er} que « l'éducation physique est obligatoirement donnée à tous les élèves des établissements publics d'enseignement ».

C'est que, hélas, la loi de 1880, qui devait entrer en vigueur dans le délai de deux ans, ne fut jamais réellement appliquée et on pourrait même dire qu'elle a fini par tomber complètement en désuétude. Tous les efforts tentés depuis plus de trente-sept ans par les pouvoirs publics, ont été à peu près vains et sans résultats appréciables.

Dans le cours de ces dernières années, il est vrai, une certaine renaissance physique s'est prononcée. Nous la devons à l'initiative privée et ce n'est que lentement qu'elle pénètre à l'école. Dans les grandes villes, à Paris spécialement, l'enseignement physique s'organise peu à peu, ses

partisans sont de plus en plus nombreux, mais ses ressources et sa direction sont encore bien insuffisantes.

Voyons ce qui existe dans les différents établissements d'enseignement primaire, secondaire et supérieur, et nous tâcherons de préciser les raisons qui ont entravé jusqu'ici l'essor de la gymnastique et éloigné tant d'individus de la pratique des exercices physiques.

L'enseignement primaire peut être subdivisé en trois grandes catégories :

- 1° Les écoles primaires élémentaires ;
- 2° Les écoles primaires supérieures où complètent leur éducation intellectuelle ceux qui, après avoir obtenu le certificat d'études, se destinent surtout à l'école normale ;
- 3° L'école normale où l'on forme les futurs instituteurs.

Dans les écoles primaires l'arrêté du 8 août 1890 qui règle l'enseignement de la gymnastique s'exprime ainsi :

« Le temps consacré chaque jour aux exercices physiques doit être de deux heures, sur lesquelles on réservera à la gymnastique une demi-heure au moins pour les enfants au-dessous de 10 ans, trois quarts d'heure au moins pour les enfants au-dessus de 10 ans. Ce temps serait avantageusement réparti en deux séances. Les travaux manuels pas plus que les exercices militaires spéciaux ne pourront être considérés comme leçons de gymnastique. »

« Si ce programme était suivi à la lettre nous serions satisfaits. Mais hélas ! il est loin d'en être ainsi. La gymnastique est bonne fille ; on lui prend tout le temps qu'on peut.

« Les programmes sont chargés ; l'instituteur veut les remplir et amener les élèves au certificat d'étude et pour gagner du temps il réduit la gymnastique le plus qu'il peut (1). »

(1) DUFESTEL. L'éducation physique à l'école primaire. *Pédiatrie pratique*, 1^{re} et 15 février 1908.

Dans la plupart des écoles que nous avons visité, le temps consacré à la gymnastique était de une heure par semaine. Cette heure était formée par deux leçons d'une demi-heure ainsi réparties : un jour de la semaine un professeur de gymnastique de la ville de Paris venait à l'école et durant l'après-midi donnait une leçon d'une demi-heure à chaque classe. Puis dans le courant de la semaine, chacun des instituteurs donnait la seconde demi-heure de gymnastique pendant laquelle il répétait la leçon du moniteur.

Cette seconde demi-heure est souvent coupée en deux quarts d'heure.

Si certains instituteurs et institutrices donnent cette leçon comme elle doit l'être, on ne peut cependant exiger d'eux qu'ils s'improvisent sans aucune préparation, professeurs d'éducation physique. Et d'autre part, il peut arriver que par négligence cette leçon soit sacrifiée.

Cet état de choses regrettable tient à la pénurie des professeurs. Le personnel de la ville de Paris attaché au service de l'éducation physique comprend en effet « un inspecteur qui a sous ses ordres trois sous-inspecteurs et deux sous-inspectrices, puis soixante professeurs hommes et vingt-cinq professeurs femmes, pour une ville où la population scolaire atteint 300.000 enfants, c'est tout à fait insuffisant ». (Dufestel) (1).

La dépense pour l'éducation physique à Paris, est de 293.887 fr. 50 et dans ce chiffre sont compris non seulement le traitement des inspecteurs et professeurs, mais aussi les indemnités allouées aux instituteurs et institutrices munis de leur brevet de gymnastique, et de plus, les frais de chauffage, d'entretien et de personnel des gymnases municipaux.

Le professeur de gymnastique est le plus souvent un

(1) DUFESTEL. *Loc. cit.*

ancien militaire qui sort de l'école de Joinville. Sans critiquer en quoi que ce soit sa bonne volonté et son zèle, il faut reconnaître que leur enseignement est purement militaire sans rien de pédagogique. D'ailleurs « il doit suivre le programme dans lequel les mouvements se succèdent toujours dans le même ordre, avec la même monotonie sans y rien changer. On ne lui laisse aucune initiative, quelque valeur personnelle qu'il eut. Comment voulez-vous que l'instituteur et surtout l'élève prennent goût à cette gymnastique, à ces exercices monotes, sans imprévus, sans intérêt en un mot, dont ils ne comprennent ni le but ni l'utilité. Aussi, j'ai vu des enfants auxquels depuis des mois on faisait exécuter à chaque leçon des mouvements respiratoires et qui ne savaient pas respirer (1). »

Tournant nos regards vers nos établissements secondaires d'instruction publique, nous y voyons que là aussi, « l'entraînement physique et pour ainsi dire totalement délaissé, il est méconnu, je dirai presque méprisé. Dans les 36.000 communes de France, à part l'exception des grandes villes, il n'est fait aucun enseignement physique malgré la loi touchant l'enseignement, dans les écoles communales (2). »

D'après les chiffres fournis par le Ministère de l'Instruction publique à M. le Dr Lachaud pour l'établissement de son rapport sur la préparation militaire de la jeunesse, nous voyons que « nous avons, tant en France qu'en Algérie, 337 établissements d'enseignement secondaire avec une population de 95.974 élèves et que pour donner à ces enfants l'enseignement de l'éducation physique nous comptons seulement 360 instructeurs ». « La moyenne d'élèves par maître

(1) DUFESTEL. *Médecine scolaire*, tome II, n° 6, 10 juin 1909.

(2) LACHAUD. *Rapport au nom de la commission de l'armée*, 1908, p. 16.

est de 266, il est par conséquent impossible à un seul éducateur de faire besogne profitable. »

Les 107 lycées de France avec leur population de 51.891 élèves n'ont que 134 professeurs de gymnastique, c'est-à-dire un maître pour 425 élèves. Les collèges mieux partagés si l'on peut ainsi dire ont 162 élèves pour un seul maître.

5 collèges manquent de professeurs, l'éducation physique y est complètement abandonnée.

On peut dire que tout enseignement physique donné dans ces conditions est nul.

C'est d'ailleurs là une violation de la loi, qui oblige l'administration de l'instruction publique et les municipalités à donner l'instruction de la gymnastique.

En quoi consiste cet enseignement là où il existe des professeurs qui y sont spécialement affecté. Deux fois par semaine, une heure chaque fois le plus souvent une demi-heure seulement et presque toujours aux heures de récréation, on conduit les élèves au gymnase par groupes de 25 à 30, sous la direction d'un seul professeur. Chaque élève attend, dans l'immobilité qui lui impose la discipline, son tour d'exercice. Il y a beaucoup d'élèves pour le même trapèze et chaque élève ne fait guère plus d'une culbute par séance.

Ainsi durant cette séance c'est pendant 5 minutes et même moins que s'exercent les muscles de l'élève, 5 minutes par séance, 10 minutes par semaine, 40 minutes par mois ! Voilà le temps consacré à une culture physique qui mériterait pour être bien faite plusieurs heures par jour.

Ce semblant d'exercices physiques s'adresse d'autre part aux seuls internes. Les externes n'y participent pour ainsi dire pas. La culture physique n'existe pas pour eux. Mille prétextes, santé, préparation aux examens, peur des accidents, etc., sont pour les parents l'occasion de demander et d'obtenir avec la plus grande facilité des dispenses de gym-

nastique accidentelles ou définitives, et ce qui est plus déplorable c'est de voir souvent ces dispenses apostillées complaisamment par des médecins. Les enfants de leur côté cherchent par tous les moyens à couper à cet exercice auquel ils ne prennent aucun intérêt. Et la plupart des établissements les laissent libres d'y paraître ou non sans exiger la formalité ridicule du certificat médical.

En résumé les 9/10, sinon la totalité des externes, n'apparaissent jamais au cours de gymnastique, alors que tous les élèves sans exception depuis celui de septième jusqu'à celui de philosophie ou de mathématiques transcendantes devraient passer à tour de rôle une heure au moins par jour au gymnase.

Cette manière de pratiquer l'éducation physique nous a été confirmé par notre enquête faite auprès des élèves de l'Ecole normale supérieure, que tous ont reconnu l'insuffisance de cet enseignement, tant dans les lycées de province que dans ceux de Paris.

Presque tous ont constaté que la dispense était très facile pour se délivrer de la classe de gymnastique et que les leçons comprenaient deux demi-heure par semaine souvent aux agrès.

Certains établissements font exception et échappent en partie à ces critiques. Se libérant d'une routine déplorable, ils ont adopté une gymnastique plus rationnelle, mais ces nouvelles habitudes sont encore bien peu répandues.

C'est ainsi qu'à l'école Monge tout élève consacre une demi heure par jour à la gymnastique, trois fois plus que dans les autres lycées ou les établissements secondaires.

A côté de l'enseignement officiel de la gymnastique, dont nous venons de voir les déféctuosités et l'insuffisance, se sont créés des associations sportives dus à l'initiative des élèves.

En 1895, il existait 60 sociétés (associations athlétiques de

l'enseignement secondaire, faisaient partie de l'Union des Sociétés françaises de sports athlétiques). 40 environ étaient dues à l'initiative des élèves, les autres étaient formées à l'instigation des maîtres. La première en date est le stade Nantais qui remonte à 1886.

Les associations de l'école alsacienne, de l'école Monge et du lycée Lakanal, furent fondées en 1888 et 1889. Mais la plupart des sociétés se constituèrent en 1890 et 1891. (Mauvriervier.)

En 1900, il y en avait plus de 100 comptant environ 4.000 adhérents. « Ce qui fait le grand intérêt de ce mouvement dit P. de Coubertin, c'est que l'initiative vint du dehors et que l'administration l'envisagea avec mauvaise humeur, sinon d'une manière franchement hostile. On peut donc considérer que le résultat obtenu est presque entièrement dû aux élèves eux-mêmes ; pour les aider, les initiateurs ne pouvaient pas grand chose et les maîtres ne voulurent en général rien tenter.

« Mais avec Georges Rozet (1), nous sommes obligés de déclarer, tout en rendant justice aux associations sportives des lycées de France, qu'elles ne sont malheureusement que des trompe l'œil, une sorte de poudre aux yeux, sous laquelle se dissimule, même dans les lycées dits sportifs, l'apathie physique de la grosse majorité des potaches. »

D'autre part, on a trop tendance aussi à faire la sélection des forts en gymnastique, comme autrefois pour les élèves destinés au concours général. Le professeur s'occupe d'eux, les travaille, les chauffe pour le match, et le reste laissé à un surveillant ne fait rien.

De là souvent cette sorte de dédain, avec lequel même dans les lycées les plus sportifs, l'intellectuel considère le sportman.

(1) Georges ROZET. *Culture physique*, n° 97.

Enfin il y a l'erreur grossière très répandue parmi les élèves, qui consiste à croire qu'en faisant du sport, on fait de l'éducation physique. On ignore trop souvent qu'avant de faire du sport, il faut des muscles, il faut un « coffre ». Or, nous savons que les matches scolaires sont encore pour un trop grand nombre d'enfants, faiblement musclés ou trop nerveux, un véritable surmenage. Avant d'engager l'enfant dans cette voie il faut lui donner une musculature suffisante. On y arrivera par la pratique d'une gymnastique rationnelle.

« Dans les écoles industrielles ou dans les écoles préparatoires, qui ont été placées sous la direction de M. le Ministre du Commerce, les élèves qui peuvent être récoltés immédiatement après le certificat d'études se livrent à des travaux manuels quelquefois assez importants. Jusqu'à présent, M. le Ministre du Commerce a négligé complètement l'éducation physique. Il n'y a pas dans grand nombre d'écoles, de maîtres capables d'enseigner le développement harmonieux des formes, et on laisse au hasard le soin de veiller à la bonne direction du corps, rien ne vient corriger les positions vicieuses prises en classe et les défauts dans l'harmonie des formes dues au développement anormal de certains muscles ou de certains membres ; produit par l'usage de l'outil (1). »

Les élèves qui forment la clientèle de l'Enseignement supérieur peuvent se diviser en deux catégories :

- 1° Ceux qui sont inscrits à l'une des grandes Facultés ;
- 2° Ceux qui fréquentent les grandes écoles spéciales de l'État.

Pour être admis aux premières, aucun examen physique n'est exigé, et durant leur scolarité aucun enseignement physique n'est donné.

(1) LACHAUD. *Rapport au nom de la Commission de l'armée*, 1909, p. 31.

La majorité des étudiants, ne prend donc aucune espèce d'exercice physique. Déjà Bourjot dans sa thèse en 1830, disait :

« Pour que les médecins devinssent les amis des exercices corporels, il faudrait qu'ils en sentissent pour eux-mêmes les avantages; et ici je prends occasion de donner aux élèves des écoles de médecine de Paris le conseil de se livrer davantage qu'ils ne le font aux exercices corporels. Pendant le temps d'études consacré à la science sévère de l'anatomie et aux autres sciences médicales, rien ne serait plus avantageux aux étudiants que de donner un temps court, mais journalier à la gymnastique; ils y trouveraient de la santé et de la vigueur; ils y perdraient, si je puis m'exprimer ainsi le méphitisme des amphithéâtres. »

La vie physique des étudiants se réduit actuellement à quelques vagues championnats de foot ball. C'est là sa seule et bien peu brillante manifestation.

C'est tout ce qui reste des championnats universitaires organisés vers 1897 par Saint-Cyr, Hervelin et Crinon, trésorier de l'Union des Sociétés françaises de sports athlétiques.

Il se fonda bien une association sportive des étudiants de Paris, dirigée par le Dr Olivier et M. Ch. Maillet, mais une fusion avec une jeune société « ou dit Ch. Saint-Cyr, de jeunes et brouillons ambitieux prétendaient monopoliser le sport scolaire, » donna un produit bâtard qui ne put continuer dans l'université à faire œuvre utile.

A l'École normale dit M. Laisné en 1865, il y a quelques machines, sur lesquelles les élèves s'exercent sans aucune direction.

Nous pouvons dire qu'à l'heure actuelle, rien n'existe dans cette école comme exercices physiques. Quelques leçons de danse au début de l'année et c'est tout. Le régime

militaire nouveau aura peut-être l'avantage de fournir aux élèves l'occasion de connaître et de pratiquer quelques exercices de plein air.

« A l'École polytechnique, Laisné nous dit que bien que la gymnastique soit obligatoire, par décision ministérielle, les élèves prennent en moyenne trente-cinq séances par année, et à l'époque de l'année seulement où il leur est permis de se livrer à quelques délassements. »

Parlant de l'examen d'aptitude physique pour l'admission des candidats à l'école de Saint-Cyr, N. Laisné nous apprend des faits intéressants : « Au début de ces examens qui datent déjà de 1856, il fut décidé que l'exercice le plus important aurait lieu sur le trapèze, auquel on avait ajouté la corde lisse. Dès que les élèves apprirent qu'on ne demandait que ces deux exercices à l'examen, ils ne voulurent plus faire autre chose dans leurs exercices ordinaires prétextant qu'on exigeait que ces deux-là. Ce n'a été qu'à la cinquième année d'examens semblables, qu'à force d'insistances, j'ai pu supprimer le trapèze. L'inutilité n'en était pas contestable, surtout pour un examen militaire, et je le remplaçai par la planche à rétablissements. Je puis aussi faire adopter le principe du saut. Au jour de l'examen, les candidats vinrent comme d'habitude, pleins de confiance dans leur vigueur; mais ils furent bien désappointés, lorsqu'ils virent que tout était changé. Depuis cette défaite, les nouveaux candidats se préparent un peu plus sur toutes les machines. »

Et il ajoute : « voilà les hommes ayant passé par les trois écoles les plus importantes de l'État, qui ignorent presque complètement les effets des exercices gymnastiques, sur la santé, sur le moral, etc., etc. Et cependant, ces hommes auront un jour pour mission, les uns, de former des hommes, les autres de les conduire! »

En 1905, la situation n'a pas changé comme on s'en con-

vaincra à la lecture du septième vœu de la commission interministérielle chargée d'unifier les méthodes gymnastiques (1).

« A l'heure actuelle, dit-elle, pour être admis dans une école de l'État, il y a bien un semblant d'examen pour l'éducation physique, mais le coefficient de cet examen est tellement faible, que les concurrents s'en moquent et ne font rien comme entraînement du corps. Nous demandons que le coefficient de l'examen physique soit sensiblement augmenté pour le concours d'admission dans les grandes écoles de l'État. La commission émet en outre l'avis que, dans les écoles, aussi bien civiles que militaires, les exercices physiques soient régulièrement et rigoureusement pratiqués. »

Voilà qui démontre péremptoirement l'insuffisance actuelle.

Ainsi de quelques côtés que nous portions nos investigations, nous sommes malheureusement obligés de constater que la gymnastique telle qu'elle reste instituée pour la jeunesse, est absolument insuffisante et que ses résultats en sont nuls, en dépit des lois et des règlements.

A quoi donc peut tenir pareil état de choses ? Les causes en sont multiples ; nous allons essayer d'en dégager quelques-unes.

Il en est d'ordre particulier, tenant plus spécialement à l'organisation matérielle de cet enseignement ; il en est d'autres d'ordre plus général relevant de l'opinion publique, représentée dans le cas présent, par les éducateurs d'une part et de l'autre par les familles.

Au fond, de toute question en France, il y a une question budgétaire. Elle a son importance ici, puisqu'il s'agit d'un enseignement officiel. Sans argent il restera lettre morte.

(1) *Manuel d'exercices physiques et de jeux scolaires*, 1909, p. XV. Paris, Hachette.

Cette question aura sa place lorsque nous parlerons du traitement des professeurs de gymnastique.

L'insuffisance de l'emplacement réservé pour la gymnastique dans les écoles, justifie dans une certaine mesure son discrédit.

Si en effet, les élèves des écoles primaires sont si peu exercés, si les élèves des collèges abandonnent promptement la leçon de gymnastique, cela tient à la situation, à la disposition de nos lycées urbains, aux emplacements restreints dans lesquels on ne peut se livrer à la plupart des jeux. On a beau dire aux enfants de jouer, à quoi voulez-vous qu'ils jouent, quand vous les lâchez dans des préaux qui seraient trop étroits pour le sixième d'entre eux.

Le nombre des élèves de nos lycées à Paris, a plus que doublé depuis 20 ans, et certains lycées construits depuis 60 ans, n'ont pas augmenté d'un mètre carré la grandeur de leur enceinte.

Lorsqu'on laisse les collégiens français, libres de se grouper pour un jeu quelconque, on a toujours remarqué l'ardeur qu'ils y apportaient.

Ce qui manque donc le plus souvent à nos collégiens, ce n'est pas l'entrain, mais un espace suffisant pour prendre leurs ébats. Cet emplacement est si indispensable qu'au 2^e Congrès des associations américaines pour la création de terrain de jeu, on a pu dire qu'il fallait « plutôt un terrain de jeu sans école qu'une école sans terrain de jeu ».

A Paris les écoles communales ont des cours tout à fait insuffisantes pour leur population. Une seule classe y est souvent mal à l'aise pour les évolutions gymnastiques. Très fréquemment le préau couvert remplace la salle de gymnastique. Si dans certains cas ils sont suffisamment aérés pour qu'on puisse y faire travailler les enfants avec avantage, ils sont bien souvent insuffisants. D'ailleurs les exercices cor-

porels ne doivent être pratiqués dans des espaces clos et couverts que comme un pis aller, quand il est impossible de les installer au grand air.

Nous ne voulons pas entrer ici dans le détail des différentes conditions que doit remplir le gymnase pour répondre aux exigences de l'hygiène. Ici, comme pour tout ce qui concerne l'école, la collaboration du médecin doit se faire sentir, et c'est à lui de montrer aux architectes ce qu'il convient de faire.

Depuis le rapport d'Hillairet qui donne déjà des indications sur l'installation des gymnases, qu'il veut couverts en hiver, et en plein air pendant la bonne saison, on s'était surtout préoccupé de garnir une salle avec beaucoup d'agès.

Ce n'est pas là qu'il faut tendre. « Le gymnase de M. Landrain, (1) doit être coquet, gai, clair, de dimensions modérées. Il ne contiendra ni tan, ni sciure de bois, ni sable, ni rien de poussiéreux; mais un plancher entretenu dans un grand état de propreté. L'aération se fera par de grandes fenêtres largement ouvertes pendant les intervalles des écoles.

L'aménagement sera tel que les appareils pourront facilement se rabattre contre le mur et la salle rendue libre afin de pouvoir être utilisée pour les récréations, les travaux manuels, etc.

On annexera aux gymnases des installations hydrothérapiques sommaires, bains-douches de préférence ».

M. le D^r Tissier a aussi présenté un plan idéal de lycée ou de collège, avec athénée de plein air, gymnase et cours.

Dans le *Manuel d'exercices physiques et de jeux scolaires*, publié en 1909, par le ministère de l'Instruction publique, se trouvent quelques notions précises sur ce que doit être l'emplacement pour les leçons de gymnastique.

(1) LANDRAIN (Anvers). Communication sur le gymnase populaire hygiénique, *Congrès de Paris*, 1900.

En résumé, un emplacement proportionné au nombre d'élèves, aération large, sol sans poussière, voilà les trois qualités fondamentales qui doivent se trouver dans un bon gymnase.

Mais il ne sera complet que s'il lui est adjoint tout un terrain de jeux. Or, dans nos établissements cela n'existe pas. Des efforts ont déjà été tentés pour la création de ces terrains, et les lycées à Paris ont obtenu au Bois de Boulogne et de Vincennes des emplacements où les élèves peuvent venir s'ébattre. Leur éloignement sera toujours une cause d'infériorité.

En Amérique, toutes les Universités possèdent de très vastes terrains, et leurs bâtiments scolaires sont répartis, en général, dans des parcs verdoyants qui se nomment campos. Les étudiants, au sortir de l'école, ne perdent pas de temps pour prendre un peu l'air et se dégourdir les membres.

A New-York, l'Université « Cornell » met à la disposition des élèves du sexe féminin, le gymnase du collège « Sage », et à ceux du sexe masculin un vaste gymnase (avec armoires) et une annexe importante (sans compter le champ de course « Percy », couvrant une aire de 6 hectares, avec piste, bâtiment pour club « Witherbel » et stands pour 2.500 spectateurs), le champ de course et de jeux, don des anciens élèves.

L'Université de Columbia possède, avec un spacieux gymnase, une piste de course.

Le stade de l'Université de « Syracuse », à un kilomètre et demi de New-York, de date récente, a la forme d'un O et mesure 217 mètres de long sur 154 mètres de large, couvrant une aire de 22 hect. 27.

Le gymnase proprement dit mesure de son côté 49 mètres de large sur 72 mètres de long, avec trois piscines pour natation et essais de canotage, piste de course, salle de gymnastique, cabine de bains, de douches, etc.

La plupart des Universités possèdent un ou deux gymnases très bien aménagés et un stade de grandes dimensions où l'on peut pratiquer tous les sports modernes.

En France pour les écoles primaires le gymnase n'existe pas, il ne saurait être question d'emplacement de jeux. Qui empêche de conduire ces enfants dans les jardins publics, dans les squares.

Les vastes pelouses, que des jardiniers jaloux conservent inviolées, seraient, très profitablement pour la jeunesse, transformées en terrains de jeux. Le coup d'œil y perdrait peut-être, mais quel gain pour la santé des jeunes générations.

Les premiers jours, les passants s'arrêteront bien certainement pour voir manœuvrer et jouer les enfants et les lazzi des gamins ne manqueront peut-être pas. Mais, au bout d'un temps très court, on trouvera la chose toute naturelle (1).

Aujourd'hui que la question de l'aménagement des fortifications est prête d'être résolue, c'est un devoir pour tous de réclamer qu'il y soit aménagé des emplacements spécialement destinés aux ébats des enfants des écoles.

On ne verrait plus alors, comme on peut le constater journellement dans les écoles communales de Paris, des récréations où les enfants grouillent dans une espace près de dix fois inférieur à ce qu'il devrait être, en sont réduit à grimacer sur place en donnant des coups de poing aux voisins. Défense de courir en travers de la cour, ce serait se faire estropier si l'on est petit. Ce serait écraser quelqu'un si l'on est grand.

LEÇON DE GYMNASTIQUE. — Nous avons vu que la leçon de gymnastique n'avait le plus souvent lieu que deux fois par

(1) M. BOUVARD vient de décider de réserver dans les squares un emplacement spécial pour les ébats des enfants. En profitera-t-on?

semaine et ne durait qu'une demi-heure chaque fois, durée dont il faut souvent déduire la mise en train, le rassemblement.

Nous avons vu ce qu'était le plus souvent la séance de gymnastique ou sur une trentaine d'élèves, quatre ou cinq exécutaient consciencieusement leurs exercices, et où les autres passant à leur tour à chaque engin ébauchent le mouvement que le professeur termine pour eux et s'en retournent après avoir fait un simulacre d'effort.

Les leçons trop éloignées présentent d'autre part de très gros inconvénients. Ou bien le travail sera à chaque leçon très énergique et alors la santé de l'enfant sera exposée à des troubles divers, ou bien le travail sera modéré et alors l'exercice sera insuffisant. Le vice de nos méthodes actuelles est d'exiger des efforts intenses se répétant à de très rares intervalles ; tandis qu'il faut à l'enfant des exercices très modérés et très fréquemment renouvelés.

C'est un principe depuis longtemps admis pour l'éducation intellectuelle que l'exercice journalier sur une même matière donne les meilleurs résultats. L'enfant apprend aisément la langue ou la science qu'il pratique quotidiennement, ne fut-ce que quelques minutes, tandis qu'il ne retire qu'un profit médiocre d'un effort, même sérieux, qui n'est qu'hebdomadaire.

Pour l'éducation physique plus encore que pour l'éducation intellectuelle, la leçon ne sera profitable que si elle est quotidienne, alors seulement on pourra espérer quelques résultats durables, et peut-être sera-t-on moins tenté de décrier un enseignement bon dans son essence et que l'application rend inefficace.

Cette gymnastique quotidienne seule contrebalancera, et réparera les effets de la sédentarité, elle favorisera et utilisera pour le plus grand profit de l'enfant son instinct de

mouvement. Il y trouvera le délassement de l'esprit et des forces nouvelles pour de nouveaux travaux.

Trop souvent on voit se lancer à corps perdu dans les sports, des enfants faiblement musclés, ce qui fait que certains esprits réprouvent ces méthodes scolaires qui provoquent le plus souvent un véritable surmenage. Toutes les objections tomberont le jour où cette jeunesse sera fortement musclée. Pour toutes ces raisons nous devons admettre le principe de la « quotidienneté » de la leçon de gymnastique et nous pouvons dire avec Georges Rozet : « la culture physique des enfants sera quotidienne ou elle ne sera pas. »

« Le temps des leçons sera-t-il pris sur les récréations ou sur les études ? » Question que se posait déjà Hillairet et avec lui nous répondons. « Nous croyons convenable de faire prendre les leçons de gymnastique sur les heures d'études, » et nous ajouterons. En aucun cas les heures consacrées à la gymnastique ne doivent être prises sur les heures de récréations. On se rappellera avec avantage à ce sujet ce que nous avons dit au chapitre II sur les établissements qui ont fait une large part aux exercices physiques pour voir les bons résultats de cette méthode.

L'organisation des programmes pour satisfaire aux exigences de l'éducation physique dans nos Etablissements universitaires doit donc être complètement remaniée, l'emploi du temps devra être distribué de telle sorte que chaque élève, en dehors des récréations, puisse passer chaque jour au gymnase une bonne demi-heure. L'œuvre de l'avenir sera peut-être d'organiser l'éducation de l'enfant de telle façon que la plus grande partie de l'après-midi se passera en vie physique.

Et à côté de cela qu'il soit donné un enseignement théorique par un professeur autorisé sur tout ce qui concerne l'hygiène corporelle dont les exercices forment un des plus important chapitre.

La leçon de gymnastique scolaire outre qu'elle sera quotidienne, devra pour être efficace posséder d'autres qualités. Elle doit comme le dit le lieutenant Fromont être « complète, graduée, variée, mais la rigidité de forme et l'intensité de travail de la leçon militaire lui sont interdites par suite de la nécessité d'adapter sa composition et sa direction à la psychologie et à la physiologie de l'enfant » (1).

Nous touchons ici un point délicat de méthodes sur lequel nous ne nous apesentirons pas. Le temps et de patientes observations apporteront seuls quelques éclaircissements dans la discussion des méthodes gymnastiques.

Ce que nous voulons faire remarquer ici, c'est l'importance qu'a la variété dans la leçon elle-même. Cette variété sera facilement introduite par le jeu. Dans les exemples de leçons du manuel d'exercices physiques on a, avec juste raison, fait la part du jeu. Le lieutenant Fromont estime que pour des enfants de 4 à 6 ans, le jeu doit comprendre les $\frac{2}{3}$ de la leçon, la moitié pour les enfants de 6 à 10 ans, et le quart pour ceux de 10 à 14 ans. C'est qu'en effet les jeux constituent la méthode d'exercice la mieux appropriée à l'enfant. Ils ne sont passibles d'aucun des reproches que méritent la gymnastique aux appareils et les exercices de plancher. Ils sont essentiellement récréatifs, ne nécessitent pour ainsi dire aucun apprentissage et n'exigent que des mouvements naturels. Tous les jeux sont bons, à la condition d'être soumis à certaines règles d'hygiène et de prudence.

Il ne faut pas tomber dans ces jeux brutaux et dangereux si chers aux anglo-américains, dans « le sport homicide d'outre-mer. » Ils n'ont rien à voir avec l'hygiène physique; ce ne sont pas des méthodes d'éducation et encore moins de perfection.

(1) Lieutenant FROMONT, communication d'un manuscrit, p. VII.

On voit combien dans son application l'enseignement actuel de la gymnastique est défectueux et quels perfectionnements on y peut apporter. Nous avons laissé de côté la question des professeurs, car nous la reprendrons dans un chapitre spécial. Mais on voit déjà les raisons qui motivent le discrédit dans lequel est tombé la gymnastique. Elle nous explique l'état d'esprit franchement hostile des universitaires des familles et des enfants qui, ne voyant que les inconvénients et le peu de résultats de cette branche de l'enseignement, la délaissèrent complètement.

Or il faut que tous : éducateurs et parents soient convaincus de l'importance de l'exercice, il faut qu'ils soient persuadés qu'on peut avec une application rationnelle des méthodes d'éducation physique préconisées actuellement, arriver à un résultat tangible qui sera d'abord la perfection du corps, et par l'intermédiaire de celle-ci le développement de l'esprit.

Il est en effet des réformes que l'on ne décrète pas, car ce qui est imposé par la loi ou par les règlements, ne fait qu'effleurer la conscience nationale ; alors qu'il faudrait pénétrer fort avant dans la vie intime du peuple afin de l'imprégner de la conception nouvelle. Les vraies réformes sont celles que dicte l'opinion publique, lentement modifiée comme un organisme se modifie sous l'influence d'une inoculation inaperçue. Cette réforme de l'opinion dit Gustave Le Bon (1) est la première qu'on doive tenter aujourd'hui. C'est seulement quand elle sera complète qu'une réforme de l'éducation deviendra possible.

Si nous voulons voir quel est l'état d'esprit des éducateurs et des parents, nous verrons combien peu sont convaincus de l'excellence d'une bonne éducation physique.

(1) Gustave LE BON, *Psychologie de l'éducation*. Paris, Flammarion.

INDIFFÉRENCE DES UNIVERSITAIRES. — Dans une enquête faite sur la culture physique, dans l'Université, Georges Rozet (1) nous dit : « Ayant envoyé aux proviseurs et directeurs de Paris, aux directrices des lycées de filles et aux proviseurs des principaux lycées de province, une lettre dans laquelle je demandais : 1° leur avis sur l'éducation physique des enfants ; 2° quelques renseignements sur les résultats obtenus par eux ; 3° et surtout quelle relation ils constataient entre la « sportivité » de leurs élèves et leurs progrès scolaires, intellectuels et moraux ; leur ayant fait sentir dans cette lettre de quelle importance était la question de la régénération de la race et qu'il y avait là une œuvre positive aussi importante que les œuvres négatives de prophylaxie sociale (lutte contre la tuberculose, contre l'alcoolisme, etc.) Ayant rédigé mes questions dans des termes qui n'avaient rien d'agressif, ni même d'inquiétant pour les habitudes d'esprit et les traditions universitaires, j'ai reçu en tout et pour tout, quatre réponses ou rendez-vous : de la part des proviseurs de Lakanal, de Charlemagne, de Janson de Sailly et du directeur de Rollin.

« Les autres proviseurs se sont tus.

« Les directrices de lycées de filles ont toutes observé un silence prudent et comme offensé. De la province non plus pas la moindre nouvelle. Au total quatre éducateurs, sur une vingtaine que j'interrogeais, ont daigné prendre mes interrogations au sérieux et s'inquiéter avec moi de l'avenir physique du pays ».

Seul peut-être dans l'école, le professeur de gymnastique est convaincu de l'utilité de son œuvre, « mais jamais les encouragements ne viendront lui faire prendre, à cœur, la mission qu'il a à remplir. L'enseignement physique n'étant

(1) Georges ROZET. Culture physique et Université. *La culture physique*.

pas en grand honneur, l'éducation en subtiles conséquences, et quand il veut faire des remarques sur l'état d'abandon, de relâchement qui existe dans l'établissement au point de vue de l'éducation physique, on sait bien vite lui faire comprendre que l'honneur de l'établissement consiste plus tôt à avoir des forts en thème, qui seront reçus aux examens d'entrée des grandes écoles, que de posséder des enfants robustes et bien développés qui dans la masse ne feront pas ressortir l'importance de l'institution. » (Lachaud.)

Ce ne sont bien souvent pas les jeunes gens qu'il faut convertir à la pédagogie nouvelle. Outre qu'ils sont de cire et se laissent aisément modeler à toute forme ; leur âge, leur tempérament, leurs instincts les inclinent naturellement à recevoir cette éducation par l'action et le mouvement.

Celui qu'il importe de persuader, c'est le chef universitaire. On comprend sa résistance, il n'a généralement plus beaucoup de plasticité ; il a ses idées arrêtées et des habitudes fermes ; il est chargé d'une besogne écrasante et porte des responsabilités de tout genre. On lui demande de modifier ses idées ; d'ouvrir ces portes et ces fenêtres qu'il tenait jusqu'ici soigneusement fermées ; de permettre ce qui était défendu et de brûler des règlements qu'il adorait ; on lui demande d'assumer de nouvelles charges, de courir de nouveaux risques ! Entreprise délicate, presque héroïque, et qui ne réclame pas seulement la conviction pédagogique, mais aussi du caractère, du zèle, de l'expérience, du courage, du désintéressement, en un mot toutes les vertus professionnelles et les autres. Quoi d'étonnant si, jusqu'à présent, le nombre est si réduit de ceux qui ont osé essayer. Ceux-là sont des braves, il faut hautement les honorer, en attendant que tous imitent leur exemple.

Comment dès lors se montrer surpris de l'indifférence méprisante de notre jeunesse intellectuelle pour tout ce qui

n'est pas travail de l'esprit, puisque cette indifférence existe chez ceux-là même qui ont la délicate mission de former moralement et physiquement cette jeunesse.

La plupart de ceux qui forment notre génération actuelle de professeurs, courbés sur les livres, ignorent la bienfaisante action que peuvent opérer la fatigue corporelle et le mouvement. Ce sont eux qu'il faut convaincre d'abord, car alors ils deviendront facilement des apôtres.

La question de la responsabilité des maîtres est un point important qui entrave leur action et paralyse leur bonne volonté. Il existe en effet une loi qui, en cas d'accident d'un enfant, leur fait courir de très gros risques pécuniaires, cette loi les rend responsables du plus petit atout reçu par un élève sous leur surveillance.

Un projet de loi sur l'application de la responsabilité des accidents aux établissements d'enseignement public et privé a été déposé. Il dit en substance qu'« aucune action ne peut être dirigé contre les membres de l'enseignement public; la responsabilité de l'état étant substituée à la leur, sans préjudice de l'action disciplinaire et de l'action pénale. »

L'adoption de cette formule ou d'une formule analogue délivrerait enfin les proviseurs de lycées, les principaux de collèges et les instituteurs, en un mot tous les chefs d'établissements, de la terreur que leur cause la menace d'une responsabilité civile personnelle, en cas d'accident survenu à leurs élèves pendant qu'ils sont sous leur surveillance. Ils pourraient enfin laisser jouer et s'ébattre les enfants et les jeunes gens et même les y encourager, sans risquer de payer à propos d'un accident impossible à prévoir en guise de dommages et intérêts, une somme élevée, sinon même ruineuse.

On ne verrait plus cette chose monstrueuse qu'est l'interdiction presque absolue des jeux à cause de la responsabilité des accidents.

LES FAMILLES. — Les familles, laissées jusqu'ici de côté et auxquels l'Etat imposait ses méthodes d'enseignement, avaient cependant une certaine influence sur l'élaboration des programmes, et bien des réformes s'inspireraient des tendances et des opinions du moment.

Si bien qu'avec le Dr Gustave Le Bon nous pouvons dire que « en matière d'éducation, la volonté et les préjugés des parents sont aujourd'hui tout puissants ».

Aussi croyons-nous que si l'éducation physique et en particulier les exercices du corps furent si délaissés, c'est que les familles furent pour la plupart indifférentes sinon hostiles.

Avec Maneuvrier nous pouvons diviser les familles en trois catégories : les amies, les ennemies et les indifférentes.

Celles qui sont amies de la gymnastique sont rares et c'est à augmenter leur nombre que nous devons travailler si nous voulons que les réformes ne restent pas lettre morte.

Celles qui sont hostiles sont composées ou bien d'ambitieux ou bien de trembleurs. Les premiers proscrivent absolument les exercices physiques sous prétexte qu'ils entravent le travail de la classe.

Avant tout il faut être premier en version grecque, aller au concours, passer son baccalauréat, être reçu à telle ou telle école ; le reste n'est rien. Aussi prie-t-on l'administration du lycée ou du collège, de dispenser l'enfant de l'éducation physique pour éviter la perte d'un temps précieux. C'est une bête à concours que l'on veut avoir dans la famille.

Pour les trembleurs, qui dit gymnastique dit acrobatie, et souvent exercice militaire. Autrefois, en effet, l'enseignement reçu au lycée et à la caserne était identique, et cette idée est encore très répandue. On ne conçoit pas encore en

(1) Dr Gustave LE BON. *Psychologie de l'éducation*, Paris, Flammarion, p. 101.

France la gymnastique sans anneaux ni trapèze. Les pères de famille n'y voient que des exercices aussi inutiles que dangereux, et ils les redoutent pour leurs enfants. Les mamans pleines de craintes et de préjugés frémissent aux seuls mots de refroidissements, d'entorses, de fluxion de poitrine. Elles sont les détracteurs les plus irréductibles des sports, elles y opposent une résistance tenace et malheureuse. Aussi savent-elles se faire délivrer des certificats médicaux de complaisance pour exempter leur progéniture de la classe de gymnastique.

Les indifférents sont l'immense majorité. Les parents de cette catégorie s'inclinent respectueusement devant tous ceux qui sont officiellement investis de la mission d'élever « quand ils ont choisi une bonne maison où l'on prépare régulièrement aux examens et où règnent l'ordre et la paix; quand ils ont payé scrupuleusement la pension, pris connaissance des notes trimestrielles et fait, à ce propos, les objurgations convenables, ils croient avoir accompli leur devoir, tout leur devoir. Quant au système pour cultiver l'âme et développer le corps de leurs enfants, ils n'en ont cure; cela n'est pas leur affaire; ils ont donné procuration à des spécialistes. »

Cette indifférence est coupable, il la faut secouer. Et puisqu'on semble admettre de plus en plus pour l'éducation intellectuelle, la coopération de la famille et de l'éducateur, pour l'éducation physique, il faut que la famille stimule aussi le zèle de l'éducateur.

Déjà Désessartz en 1760, après avoir montré les soins que les mères des animaux donnent à leurs petits disait :

« Mais sans vouloir humilier l'homme en le menant à l'école des animaux, rappelons-le à lui-même, et comparons-le avec ceux qui mettent leur plaisir à élever des oiseaux, à avoir de beaux chiens, des chevaux de belle encolure, et à embellir un parterre de ce qu'il y a de plus curieux en fleurs.

Quels soins minutieux, quelle attention scrupuleuse pour se procurer et conserver dans sa perfection l'espèce chérie qui fait l'objet de leurs désirs ! Quel est le père qui apporte, nous ne disons pas les mêmes soins, les mêmes attentions, mais la moindre partie de ces soins et de ces attentions pour l'éducation de ses enfants » ? (1).

Il ne faut pas dans cette importante question tenir compte des caprices des enfants. Leur demande-t-on leur avis lorsqu'il s'agit de leur apprendre à lire ou à calculer.

Il en est de même pour les exercices.

La physiologie et la pathologie nous ayant montré qu'il sont indispensables, il les faut imposer. Les parents ont le devoir de ne pas céder au bon plaisir des enfants et ne pas chercher à masquer leur faiblesse derrière un certificat médical.

Nombre de jeunes gens, en effet, croient ne pas pouvoir mener de front les exercices physiques et la préparation aux examens. Les philosophes, les candidats à Saint-Cyr, aux écoles polytechnique, normale, centrale, désertent les jeux. Ils les désertent au moment où ils auraient le plus besoin de fortifier leurs organes en plein air, en pleine lumière. Aux jeux salutaires, ils substituent le terrible entraînement des mathématiques, qui se consomme dans l'ombre et l'immobilité. Et trop souvent ils y laissent leur santé et leur vie. Il faut que sur le temps consacré à cette besogne soient prélevées les heures pour les exercices physiques indispensables.

En Amérique, à l'Université de Colombie, les notes obtenues dans les exercices physiques entrent en ligne de compte pour l'obtention du grade de bachelier. Pourquoi n'en serait-il pas de même chez nous ? Les cultures intellectuelle et

(1) DESESSARTZ. — *Traité de l'éducation corporelle des enfants en bas âge.* — *Discours préliminaire*, p. XIX.

physique devant être mené de pair comme nous l'avons vu, pourquoi donner à l'une une sanction que l'on refuse à l'autre. Ce serait là un moyen de l'imposer à l'attention publique.

Il serait à souhaiter qu'on fasse pour l'éducation physique ce qu'on fait pour l'éducation intellectuelle. On envoie des notes aux parents pour les leçons et les devoirs, eh bien que chaque semestre ou chaque année, ils reçoivent un bulletin physiologique, marquant les progrès accomplis. Qu'il soit fait mention dans ce bulletin, de la taille, du poids, de la capacité pulmonaire, des dimensions du thorax.

Et comme c'est par comparaison qu'on juge les chiffres, qu'on y joigne les moyennes des enfants du même âge, pris au moment où se sont faites les mensurations.

A quoi sert la gymnastique, disent nos futurs bacheliers on ne la demande pas au baccalauréat. Eh bien qu'on l'exige, puisqu'avec notre état d'esprit tout ce qui n'est pas sanctionné par un examen passe pour inutile.

Qu'il y ait une note pour l'éducation physique et qu'on ne considère pas cette note comme accessoire mais bien d'égale valeur que celles accordées pour les autres enseignements et nous verrons la mauvaise volonté et l'indifférence cesser de toute part. Alors on trouvera des emplacements et un personnel suffisant pour donner la leçon quotidienne profitable. Familles et professeurs seront entraînés par un mouvement irrésistible, puisque la réussite à un examen en sera l'enjeu.

CHAPITRE V

DU PROFESSEUR DE GYMNASTIQUE

Du recrutement des professeurs de gymnastique. — Les instituteurs à Joinville. — Qualités que doivent posséder les professeurs de gymnastique, instruction générale, savoir scientifique et pédagogique. — Etablissement d'un Institut d'Education physique.

« C'est un apostolat et une mission de tout homme de cœur de vouloir égayer la jeunesse et réveiller sa vigueur. » (Mosso.)

« Avec de bons professeurs tous les programmes sont excellents. » (G. Le Bon.)

A qui revient à l'école la mission de l'Éducation physique ? sans contredit au médecin et au professeur de gymnastique. Le rôle de chacun d'eux est des plus important et leur collaboration intime nécessaire pour une pareille tâche.

Seul jusqu'ici le professeur de gymnastique a eu la direction des exercices du corps. Malheureusement bien souvent sa bonne volonté ne peut pas lui tenir lieu de savoir et de qualités pédagogiques absentes. Ainsi à côté des causes que nous avons étudiées et qui expliquent le délaissement de la gymnastique dans les écoles, le discrédit attaché à tort ou à raison sur le professeur de gymnastique n'en fut pas une des moindres.

C'est ce qu'a bien compris la Commission inter-ministérielle, instituée par décret du 22 décembre 1904, pour l'unification des méthodes gymnastiques, lorsque dans son 9^e Vœu elle s'exprime ainsi :

« Pour arriver au but que nous nous proposons, il faut que

nous nous procurions un nombre suffisant de professeurs instruits et préparés au rôle considérable qu'ils doivent jouer. »

Il est de pratique courante de mesurer la valeur du maître aux produits qui sortent de ses mains. Ce criterium est bon qu'il s'agisse de la formation d'une intelligence ou du développement d'un corps, car dans l'un et l'autre cas le rôle du maître est capital. En dehors des natures d'élite qui parfois peuvent se suffire à elles-mêmes, la majorité des élèves ne peut acquérir une instruction suffisante que si elle est dirigée, conseillée, aidée par des maîtres instruits eux-mêmes.

Le professeur il est vrai est enserré dans des programmes et un réseau de réglemens qui influe sur son enseignement, mais s'il est vraiment à la hauteur de sa tâche il sait les dominer.

La culture physique à l'école, nous l'avons vu, a été longtemps au-dessous de tout, et encore maintenant elle laisse beaucoup à désirer. Est-ce que en dehors des causes que nous avons énumérées au chapitre précédent nous n'en trouverions pas une autre dans l'insuffisance scientifique et pédagogique du professeur ?

Voyons donc ce que ont été et ce que sont, ceux qui ont pour mission l'éducation physique de la jeunesse. Leur recrutement nous donnera peut-être la cause de leur insuffisance.

Dans l'organisation de la gymnastique antique, à Athènes en particulier, la direction des exercices était réservée au pédotribe et au gymnaste.

Le pédotribe faisait exécuter empiriquement la partie la plus ordinaire de la gymnastique. Le gymnaste instruit de la théorie et des effets physiologiques de son art, complétait l'éducation des adolescents. Il savait approprier les divers exercices à la constitution de l'individu dont il dirigeait le

régime. Le gymnaste était une sorte de médecin borné à la spécialité de la gymnastique. Ses connaissances devaient être très étendues si nous nous en rapportons à Philostrate. Il ne devait pas ignorer « l'art du frotteur » pour instruire l'athlète, « dans quel cas il doit agir dans la lutte ou dans le pancrace, où bien échapper à son adversaire, quand il a l'avantage, ou le repousser ».

A lui revient le rôle de purifier les humeurs, chasser le superflu, amollir les parties dures, donner du corps à quelques autres, redresser ou fortifier.

Et en cela il est au-dessus du frotteur pour devenir médecin. « Toutes maladies que nous appelons catarrhes, hydrophisies, phtisies, ainsi que les différentes épilepsies, les médecins les guérissent par des bains, par des potions ou par des emplâtres ; tandis que la gymnastique les fait cesser par la diète et par la friction. »

Parmi les gymnastes eux-mêmes, il y avait spécialisation. « Le gymnaste des courses, ne peut pas l'être de la lutte ou du pancrace, et celui des exercices de force, sera ignorant dans les autres parties de cette science ».

D'autres qualités lui étaient encore nécessaires. « Le gymnaste ne doit être ni bavard, ni dépourvu de talent de parole, le bavardage amollira l'énergie de son art ; il paraîtra ignorant, s'il ne raisonne pas sur ce qu'il fait faire. Il faut encore qu'il possède la science physiognomonique. Je recommande ces connaissances par la raison que voici : Un jeune athlète sera jugé par le magistrat d'Olympie ou par celui des amphictyons, d'après les qualités suivantes, sa tribu, sa patrie, son père, sa naissance, s'il est issu de parents libres, s'il n'est pas bâtard, et en sus, s'il est jeune, s'il ne dépasse pas l'adolescence, s'il est retenu ou libertin, s'il est buveur ou gourmand, s'il est courageux ou poltron ; quand même les juges ignoreraient ces qualités, les lois ne leur feraient

pas le moindre reproche ; mais le gymnaste doit savoir tout cela ». Il doit lire le caractère dans les yeux. Il doit connaître la conformation du corps et les rapports des différentes parties entre elles, et après examen de l'individu il faudra qu'il sache quel est le meilleur exercice convenable.

On peut juger l'étendue des connaissances que devaient posséder ce gymnaste. Son rôle d'ailleurs était capital dans l'éducation des enfants et était entouré de considération.

En France nous l'avons vu, il n'y avait vers 1830, d'autres professeurs que Clia pour les écoles communales de la ville de Paris, et Amoros pour les lycées et collèges.

Dans la plupart des villes et des campagnes il n'était nullement question d'un pareil enseignement. A partir du jour où l'exercice devient un sujet de préoccupation pour les pouvoirs publics, le professeur de gymnastique est devenu un élément dont il a fallu tenir compte. Bérard dans son rapport de 1853, proposa de les recruter parmi les élèves de l'école normale de la Faisanderie ou parmi les sapeurs-pompiers. Cette mesure ne fut alors qu'incomplètement exécutée, et pendant longtemps les établissements scolaires n'eurent pas d'instructeurs.

Le colonel d'Argy qui faisait partie de la commission de 1853 et avait été un des inspirateurs de la mesure pour le recrutement parmi les militaires de la Faisanderie, reconnaissait lui-même en 1864, que ce recrutement des professeurs était défectueux et sollicitait la création d'une école normale de gymnastique. C'est peut-être la première fois que l'on note en France semblable proposition ; et il est curieux de constater qu'elle émane d'un militaire qui lui-même fut directeur de l'école de Joinville.

En 1868 le recrutement ne s'est guère amélioré, il se faisait au hasard, parmi les militaires de la garnison ou en congé, ou bien parmi des gymnastes civils qui laissaient sou-

vent à désirer sous le rapport de l'instruction et de l'éducation.

Qu'est-ce que valait ces moniteurs de l'armée qui pour la plupart sortait du gymnase d'Amoros, à Grenelle ? Il nous suffira de citer à ce sujet l'opinion d'un homme tout à fait digne de foi, M. Laisné élève de ce gymnase vers la fin de 1835.

« Des moniteurs militaires depuis longtemps attachés à l'école, montraient à se servir de machines suivant les règles établies par M. Amoros. Les séances avaient lieu cinq fois par semaine, on réunissait les militaires et les moniteurs les conduisaient aux exercices. M. Amoros venait faire une tournée ; puis la séance terminée, tout le monde partait pour recommencer exactement la même chose le lendemain ; et pendant plus de deux années, durant lesquelles j'ai rempli ces fonctions, jamais je n'ai entendu parler de cours spéciaux ayant pour but de nous faire mieux comprendre l'importance de ce que l'on nous apprenait. »

« Quand je pense à l'état d'ignorance dans lequel je me trouvais, après avoir passé deux années entières là où j'aurais dû tout apprendre, et où j'étais arrivé avec les meilleures dispositions, il m'est impossible, même en faisant de grands efforts, d'avoir la moindre gratitude envers M. Amoros. »

Aussi M. Laisné se plaint-il de voir cet art qui touche aux choses les plus précieuses de la vie, abandonné presque tout entier aux militaires. Il estime que si la gymnastique a perdu une grande partie de son importance, auprès du public, c'est parce qu'elle a été soumise au régime militaire, de même qu'elle a perdu sous le rapport moral depuis qu'il a été décidé que des militaires sortis du service, seraient des maîtres remplissant suffisamment les conditions nécessaires pour enseigner cet art.

Ceux-ci en effet ne savent pas autre chose que la gymnasti-

que militaire qu'ils appliquent sans discernement à des enfants.

Et d'autre part, ils n'ont d'autres soucis que les tours d'acrobatie, « Si la gymnastique, dit-il, à tant de peine à progresser, la faute doit en être attribué à ces professeurs qui, dès qu'ils ont appris à sauter loin et à grimper haut, se croient suffisamment instruits et ils continuent ainsi, jusqu'à ce que l'ennui de répéter indéfiniment la même chose ait émoussé leur activité. »

Un grand nombre de maîtres se formaient en effet alors un concept très faux de la gymnastique. Ils dédaignaient les exercices faciles et préconisaient les plus durs. Ils se figuraient que pour être vraiment gymnastique, un exercice doit s'écarter des mouvements coutumiers.

M. Laisné proposa en 1865, l'établissement d'une école normale de gymnastique générale où l'on formerait des gymnastes qui propageraient, dans toutes les institutions de France, les véritables principes de l'art, qu'ils auraient eux-mêmes appris dans l'établissement central. « Après être restée longtemps en arrière, dit-il, dans cette partie importante de l'éducation, la France se trouverait tout à coup sans rivale dans le monde entier, pour protéger l'extension d'un art qui doit incontestablement augmenter la force et même le bonheur des individus. »

Quelques autres professeurs de gymnastique formulèrent à la même époque le même vœu.

Le Dr Hillairet de son côté, dans plusieurs notes et dans son rapport d'octobre 1868 demanda lui aussi la création d'une école normale de gymnastique. Il estime avec la commission dont il est rapporteur, « qu'il est essentiel de s'occuper activement du recrutement des professeurs; mais pour former des professeurs de gymnastique, de même que pour former des professeurs chargés de l'enseignement secondaire ou

primaire, il est essentiel de créer au moins une école normale où les futurs professeurs pourront apprendre les exercices, les diverses manœuvres militaires, et ce qui est d'une nécessité absolue, apprendre à enseigner ; apprendre à connaître la raison des différents mouvements, leurs causes, leurs effets, et conséquemment recevoir quelques notions élémentaires sur l'anatomie et la physiologie des organes de la locomotion, sur l'anatomie des formes etc., etc. Ce ne sont plus des moniteurs sans instruction qu'il convient de donner désormais à la jeunesse qui s'instruit dans toutes nos écoles, mais des professeurs suffisamment lettrés, sachant par des démonstrations claires et bien dites, lui faire comprendre quel est le but sérieux de cet enseignement. »

« La création d'une école normale étant reconnue nécessaire, ajoute-t-il, la Commission estime d'abord qu'il faudrait en fonder une à l'école de Cluny. Les élèves de cette maison propageraient ensuite la gymnastique dans les établissements où ils seraient appelés, ils pourraient comme les professeurs de quelques écoles du Wurtemberg, être à la fois précepteurs et gymnastes. Mais l'école de Cluny, ne saurait satisfaire à tous les besoins ; la Commission demande à un degré supérieur, la création d'une école normale de gymnastique à Paris ; c'est-à-dire dans le centre qui peut le mieux réunir tous les éléments d'une forte instruction. »

Aussi parmi les propositions soumises à l'approbation du ministre et qui terminaient le rapport, trouvons-nous la suivante : « Etablir un gymnase modèle dans l'école normale de Cluny ; créer, en outre une école normale de gymnastique à Paris. »

Comme une telle création demande du temps, pour pourvoir au recrutement des professeurs, la Commission propose les mesures provisoires suivantes :

1° Choisir les professeurs parmi les candidats préparés dans les gymnases de leur choix ;

2° Recourir aussi à l'école normale militaire de la Faisanderie pour se procurer des sujets ;

3° Constituer, dès maintenant chaque année, sans attendre la création des écoles normales, une Commission chargée d'examiner les candidats de toute provenance et délivrer des diplômes d'aptitude spéciale.

Ce provisoire dure encore.

D'après le décret du 3 février 1869, relatif à l'enseignement de la gymnastique dans les établissements publics d'instruction, et inspiré par le rapport d'Hillairet nous trouvons, article 12 : La Commission d'examen instituée au chef-lieu de chaque département, en vertu de l'article 46 de la loi du 15 mars 1850, pour juger l'aptitude au brevet de capacité pour l'enseignement primaire, est autorisée, en ce qui touche les épreuves relatives à la gymnastique, à s'adjoindre, à titre consultatif, pour cette partie spéciale de l'examen, une ou deux personnes ayant fait une étude particulière de cet enseignement. C'était là une des parties facultatives de l'examen et la mention qui en résultait ne pouvait tenir lieu du certificat d'aptitude à l'enseignement de la gymnastique.

En effet, d'après l'article 11 du même décret, une Commission de cinq membres, nommée par le Ministre de l'instruction publique, est instituée au chef-lieu de chacune des académies, pour examiner les candidats qui veulent obtenir un certificat spécial d'aptitude à l'enseignement de la gymnastique.

Un arrêté du 25 novembre 1869, fixe les programmes sur lesquels les candidats seront examinés. Ils comportaient la connaissance de notions théoriques élémentaires de mécanique et d'anatomie, un examen d'aptitude pédagogique et un d'aptitude physique à l'exécution des exercices.

Ce furent là, les bases du recrutement des professeurs de gymnastique, jusqu'au décret et arrêté du 18 janvier 1887, qui régla de nouveau l'examen donnant lieu à la délivrance du certificat d'aptitude à l'enseignement de la gymnastique (degré élémentaire) et jusqu'au décret du 28 décembre et l'arrêté du 30 décembre 1907, pour le degré supérieur.

En résumé, le recrutement des professeurs de gymnastique, se fait actuellement à l'aide de deux examens destinés à constater l'aptitude des candidats :

1° L'examen prévu par le décret et l'arrêté du 18 janvier 1887, et qui donne lieu à la délivrance du certificat d'aptitude à l'enseignement de la gymnastique (degré élémentaire);

2° L'examen organisé par le décret du 28 décembre et l'arrêté du 30 novembre 1907 et qui donne lieu à la délivrance du certificat d'aptitude à l'enseignement de la gymnastique (degré supérieur).

L'âge des candidats doit être de 18 ans révolus, au moment de l'inscription.

Nul ne peut se présenter aux examens du degré supérieur, s'il n'a subi avec succès les examens du degré élémentaire.

Des épreuves théoriques et pratiques étaient bien exigées des candidats mais jusqu'à la création du cours supérieur d'éducation physique à Paris, ils ne trouvaient nulle part un enseignement préparatoire. Pour la majorité des candidats de province celui-ci n'existe pas.

Ainsi pour enseigner la gymnastique, il faut être pourvu de l'un ou de l'autre de ces certificats d'aptitude. Dans les écoles primaires cet enseignement est organisé par les communes, qui suivant leur importance auront ou n'auront pas de professeurs spéciaux. Dans ce dernier cas, ce soin est laissé aux instituteurs qui seront pourvus de ce certificat.

A Paris le conseil municipal s'est efforcé depuis longtemps

de mettre cet enseignement à la hauteur des résultats qu'on en devait attendre. Toujours prêt à saisir et à appliquer une idée nouvelle, il n'a ménagé ni les peines, ni l'argent. Malheureusement, toutes les tentatives ne furent pas heureuses : il faut lui savoir gré cependant de les avoir tentées. Ce n'est pas en un jour qu'on crée une méthode ni un enseignement. Ce n'est que par tâtonnements, par une suite d'essais de toutes sortes que l'on peut établir une formule meilleure.

Les fusils et les tambours des bataillons scolaires, les appareils Pichery, les ballons sont là dans quelques coins des magasins de la ville pour attester les différentes étapes parcourues. Ces efforts bien que négatifs en apparence, ont servi en suscitant les discussions, à préciser le but à atteindre et les moyens propres d'y arriver.

Le personnel de la ville de Paris chargé de l'enseignement de la gymnastique dans les écoles communales comprend :

1 Inspecteur de l'enseignement de la gymnastique.

3 Sous-inspecteurs.

2 Sous-inspectrices.

60 Professeurs de gymnastiques.

Dans les écoles communales des campagnes, l'instituteur doit donc être apte à donner cet enseignement.

Il fait déjà tout dira-t-on : et vous lui donnez encore un surcroît de travail. Cela serait vrai si aux heures des classes déjà existantes, nous propositions d'ajouter encore des classes de gymnastiques, mais celles-ci doivent comme nous l'avons vu, tenir lieu et place d'autres classes. Il existe bien des matières dont on peut réduire le temps qu'on leur consacre. Elles seront avantageusement remplacées par des exercices physiques.

En 1907, commençait l'application d'un projet du lieutenant-colonel Coste, directeur de l'école de Joinville et qui

consistait à faire accomplir un stage de trois mois à la Faisanderie, aux instituteurs appelés sous les drapeaux.

L'enseignement que les instituteurs reçoivent durant leur stage est théorique et pratique. On s'y efforce comme l'a indiqué l'Instruction ministérielle du 11 avril 1908, sur le fonctionnement de l'école normale de gymnastique, de « préparer les instituteurs sous les drapeaux à leur rôle d'éducateurs physiques de la jeunesse ».

Les reproches faits aux militaires devenus professeurs de gymnastique de leur insuffisance pédagogique en ce qui concerne les enfants, devait forcément être faits devant cet essai. Mais l'enseignement de Joinville a évolué et l'abandon de toute espèce d'exercice acrobatique est complet.

C'est ce qu'a bien compris M. le lieutenant Fromont (1), chargé actuellement de la direction des instituteurs à Joinville. « Si le soldat, dit-il, est un homme à peu près formé, résistant, maître de ses moyens, conscient de ce qu'on lui demande et soumis à la discipline; l'enfant, organisme plus ou moins délicat, en voie de formation, est au contraire, incapable d'un travail soutenu ou intense; de plus il est incoordonné, d'une mobilité d'esprit très grande prompte au découragement et peu discipliné ».

« L'éducation physique à l'école doit avant tout être hygiénique et s'adapter parfaitement à l'état moral et physique de l'enfant, son but n'est pas de l'entraîner, mais de favoriser son développement rationnel en utilisant au mieux son besoin de mouvement. »

S'inspirant de ces principes, le lieutenant Fromont apporte au règlement des modifications heureuses et ce qui est important surtout des modifications dans la méthode d'instruction.

(1) Nous adressons nos remerciements à M. le lieutenant Fromont pour l'obligeance qu'il a mise à nous communiquer ses notes manuscrites.

Nous ne pouvons donc que bien augurer de cet essai, et de l'orientation vraiment pédagogique qui lui est donné actuellement.

Malheureusement, dans l'application cette mesure est trop restreinte.

L'école ne reçoit que soixante-dix instituteurs à la fois, et il en faudrait cinq cents ; le stage étant de trois mois et chaque classe comprenant environ deux mille instituteurs.

Aussi le Dr Lachaud, dans son projet de loi sur la préparation militaire, dit-il : Art 10 : « Pour faciliter le recrutement et l'instruction des professeurs qui doivent enseigner dans les établissements publics primaire, il est créé cinq écoles régionales militaires d'éducation physique.

« Ces écoles sont réparties suivant les besoins dans les différents corps d'armée.

« Sont envoyés dans ces écoles, tous les instituteurs qui, appelés à faire leur service militaire, ne suivent pas le cours institué pour former les officiers de réserve. La durée du cours est de six mois. »

Au lieu de la création de ces écoles ne serait-il pas plus simple d'élargir pour le rendre suffisant le cadre de l'école de Joinville, de façon que tous les instituteurs puissent y venir faire leur stage.

En ce qui concerne les lycées et collèges le recrutement se fait parmi ceux qui ont obtenu le certificat d'aptitude mais les candidats à ces certificats ne sont pas toujours à la hauteur de la tâche qui leur incombe. C'est que pendant longtemps et même encore maintenant leur situation matérielle était dérisoire.

D'après la circulaire du 20 décembre 1882, en effet, les professeurs de gymnastique des lycées de Paris, débutent à 1.600 francs avec augmentation de 200 francs par classe (il y a trois classes) et ils doivent donner par semaine 12 heu-

res de travail au minimum et 16 heures au maximum. Ils subissent sur leur traitement une retenue de 5 % destiné à former leur retraite.

Souvent les leçons étaient fixées à dix heures, à une heure et à quatre heures, de sorte que la journée entière était employée pour la minime somme de 4 fr. 25 en moyenne, soit 127 fr. 50 par mois. On comprendra sans peine que de si modestes appointements n'étaient guère engageants. Une telle position pécuniaire n'était certes pas à la hauteur des fonctions de professeur de gymnastique.

Le décret du 12 avril 1886 donne aux maîtres de gymnastique des lycées et collèges de jeunes filles les mêmes allégations et les mêmes traitements.

Le décret du 26 juillet 1887 répartit les professeurs de gymnastique des lycées du département de la Seine et lycée de Versailles en cinq classes, avec le traitement suivant :

1 ^{re} classe	2 ^e classe	3 ^e classe	4 ^e classe	5 ^e classe
2.400	2.200	2.000	1.800	1.600

et quatre classes pour les autres lycées :

1 ^{re} classe	2 ^e classe	3 ^e classes	4 ^e classe
1.800	1.600	1.400	1.200

Et cependant, malgré tous ces décrets, il résultait d'une enquête faite en 1891 par l'Union des professeurs de gymnastique sur la situation des professeurs de gymnastique, que rien n'était absolument réglé quant au traitement, à l'avancement, aux droits à la retraite des professeurs de collèges et même de certains lycées. Que bien souvent on relevait de la confusion, du défaut de classement et des traitements dérisoires.

Il y avait par exemple des professeurs de collèges qui touchaient 600, 400 francs.

Depuis cette époque, ces griefs ont diminué d'intensité,

mais ce n'est que lentement et on peut juger de combien eut à souffrir la cause de l'éducation physique.

Malgré l'immense progrès qui se trouve ainsi réalisé depuis ces années dernières. Nous nous demandons cependant si le futur professeur d'éducation physique trouve tout le nécessaire pour acquérir rapidement et bien, le savoir et les qualités pédagogiques.

En vue de la préparation à l'examen pour l'obtention du certificat d'aptitude à l'enseignement de la gymnastique, la ville de Paris créa en 1891 le premier cours d'enseignement supérieur de l'éducation physique et en chargea M. Demeny.

Sur la demande M. Charles Cazalet, président de l'Union des Sociétés de gymnastique, le ministre de l'Instruction publique créa en 1903, le cours supérieur d'Education physique. C'est un cours de perfectionnement fait pendant les vacances au personnel des lycées et collèges, aux instituteurs et aux candidats à la fonction de professeurs de gymnastique dans les établissements d'enseignement public. La direction de ce cours a été confié à M. Demeny.

L'arrêté du 30 mai 1903 institue le certificat du cours supérieur d'éducation physique, mais le décret du 28 décembre et l'arrêté du 30 décembre 1907 le remplace par un certificat d'aptitude à l'enseignement de la gymnastique de degré supérieur.

Le cours supérieur d'éducation physique maintenu n'a d'autre but que la préparation à ce certificat.

« Il importe, disait Jules Ferry dans la circulaire du 20 février 1880, que le maître de gymnastique ait de l'autorité sur ses élèves, et il n'y arrivera que s'il a une tenue irréprochable, du savoir et de l'expérience, en un mot s'il remplit toutes les conditions exigées de ceux à qui l'instruction de la jeunesse est confiée. » Avec ces qualités on pourra alors élargir le rôle du professeur de gymnastique et l'élever à la di-

gnité de Directeur des Exercices physiques et des jeux de tout ordre, en faire un professeur d'éducation physique.

Comment obtenir ces qualités si tout d'abord on ne met pas ces professeurs sur le même pied que les autres professeurs, de façon à relever leur prestige auprès des chefs d'établissements, des parents et surtout des élèves. Le relèvement du traitement sera la première mesure à accomplir.

La perspective d'avantages matériels meilleurs aurait sans doute le don d'attirer des jeunes gens possédant déjà une culture intellectuelle avancée et qui s'intéresseraient plus particulièrement aux exercices physiques.

A l'Université de Columbia en Amérique, tous les professeurs de gymnastique sont docteurs en médecine. En France tout le monde gagnerait à voir les médecins se diriger un peu plus vers les questions d'éducation physique, et ils le feront certainement le jour où ils y trouveront la rémunération de leurs efforts.

Le médecin apporterait dans l'étude des exercices corporels une somme de connaissance qui le favoriserait mieux que tout autre.

Ceux qui visent à l'enseignement de la gymnastique sont la plupart du temps d'anciens militaires.

Or il arrive trop souvent que ces militaires devenus professeurs civils constatent bientôt des lacunes dans leur préparation et sentent le besoin d'achever eux-mêmes leur instruction personnelle. Il y a ainsi forcément au début de la carrière, une période d'hésitation, de tâtonnement, qui se prolonge plus ou moins suivant le degré d'intelligence et d'activité du jeune maître. Quelques-uns malheureusement n'en sortent jamais et tombent dans la routine.

Ces tâtonnements du début doivent être évités. Des connaissances théoriques sont nécessaires. Ce sont elles qui « distinguent le médecin du rebouteur, souvent habile, qui

s'est fait la main sur la jambe ou le bras de ses clients. Il ne faudrait pas que le pédagogue ait rien de commun avec le rebouteur (1). »

Il faut tout d'abord, comme l'a dit le D^r Dufestel, que le professeur d'éducation physique ait une solide instruction générale pour qu'il soit à la hauteur de la tâche importante qu'on lui demande.

En Amérique pour être admis dans les Instituts d'Education physique, il faut être pourvu d'une instruction équivalente à celle qui est requise à l'entrée de toutes les grandes Ecoles.

En Belgique il faut être instituteur pour être professeur de gymnastique. En Allemagne on exige le même titre.

En Suède il faut suivre pendant plusieurs années les cours de l'Institut supérieur.

En Autriche les professeurs de lycées sont à la fois professeurs de science ou de littérature et professeurs de gymnastique.

Il n'est pas proche le temps où l'on verra en France des professeurs de lettres ou de science alterner leurs cours avec l'enseignement de la gymnastique. Demandons leur d'être favorables à cet enseignement et ce sera déjà beaucoup.

Conservons nos professeurs spéciaux. La spécialisation ne pourra que nous donner en fin de compte la perfection.

Si, d'autre part, nous ne pouvons demander à nos professeurs de gymnastique d'être docteurs en médecine, il faudra exiger d'eux une connaissance sérieuse de l'anatomie et de la physiologie sans lesquelles il n'est pas pour la gymnastique de base solide.

Si le professeur de gymnastique, comme le médecin praticien, n'a pas besoin d'être un anatomiste ou un physiologiste,

(1) CLAPARÈDE, *Psychologie de l'enfant*, p. 5.

chacun conviendra qu'il est indispensable qu'il l'ait été au cours de son apprentissage.

Pour M. Demeny, la direction de l'éducation physique doit être entre les mains d'ingénieurs biologiques. Savant pur, mécanicien, physicien, chimiste, biologiste, médecin même aucun n'est préparé par ses études spéciales à la fonction d'éducateur. Il est obligé de faire son apprentissage de devenir ingénieur biologique assimilable au zootechnicien, de réunir les connaissances du savant et du praticien pour les adapter à l'amélioration de l'homme.

L'éducation physique, en effet, doit reposer sur des lois aussi scientifiques que possible, et sur la connaissance parfaite de la physiologie du corps humain.

Ce que le professeur de gymnastique doit particulièrement connaître, c'est cette physiologie spéciale qui concerne le développement corporel de l'enfant.

Avec Claparède, les meilleurs esprits considèrent que la nouvelle pédagogie doit porter ses efforts à établir un enseignement intellectuel sur sa base naturelle : la connaissance de l'enfant. A plus forte raison, dirons-nous, lorsqu'il s'agit d'éducation physique qu'il est nécessaire pour la bien conduire de connaître les lois qui président au développement corporel.

« L'enfant, dit Claparède, n'est pas un homme en raccourci, mais il présente au contraire un type spécial. Rien ne prouve aussi bien la vérité de cette assertion que les phénomènes de développement physique. On constate en effet que la croissance de l'enfant n'est pas un simple agrandissement en bloc, comparable à l'accroissement d'un cristal : le futur adulte n'est pas déjà préformé dans l'embryon, conformément à la théorie de l'« homuncule » des physiologistes du

(1) CLAPARÈDE, p. 57.

xvii^e siècle. Non, le développement de l'animal et celui de l'homme en particulier consiste en une succession de créations, de formations nouvelles survenant tantôt ici, tantôt là, sans ordre apparent, tel un feu d'artifice dont les fusées s'égrènent dans le temps et dans l'espace, surgissant soudain dans la nuit, sans que rien puisse faire prévoir le lieu et le moment de leur éclosion. »

La puberté avec la série des modifications d'ordre physique et psychique qui ont pour effet de transformer l'organisme de l'enfant en un organisme nouveau, doit être particulièrement étudiée et connue. Un exercice convenablement dosé peut avoir des effets salutaires sur le développement corporel en même temps qu'il réfrènera les folles passions et les agitations intérieures si dangereuses.

Le bénéfice que les élèves retireront des leçons dépendra non seulement du service du professeur, mais encore plus de sa valeur pédagogique.

Les professeurs sont par définition des personnes qui enseignent et par conséquent doivent savoir enseigner. Or, l'éducation qu'ils ont reçu ne leur a jamais rien appris de cet art difficile.

Longtemps les professeurs de gymnastique dans les écoles primaires des villes, dans les collèges et lycées et dans les écoles normales d'instituteurs, furent pour la plupart d'anciens moniteurs de l'armée, dont la compétence purement pédagogique ne fut jamais, dit le commandant Coste, le principal mérite.

Où l'auraient-ils acquise. Ils furent durant leur service militaire, désignés pour suivre les cours pratiques de l'École de Joinville, parce qu'ils étaient vigoureux, adroits exceptionnellement aux exercices du corps. Quant à leurs facultés intellectuelles, à leur valeur pédagogique ou morale, y regarde-t-on de bien près, avant comme après cette désigna-

tion. Les aptitudes physiques ne doivent-elles pas, chez eux, primer les autres, voire même dispenser de toutes les autres.

Et c'est à ces hommes rendus à la vie civile, transformés en professeurs par la vertu d'un diplôme de pure virtuosité, que nous confions le soin de développer rationnellement les corps de nos enfants.

Leur bonne volonté peut-elle suppléer aux connaissances reconnues aujourd'hui nécessaires pour asseoir l'enseignement physique sur des bases sûres ? Dépourvus souvent de toute instruction première, possèdent-ils bien l'autorité nécessaire pour s'imposer à l'attention d'enfants et de jeunes gens naturellement disposés à tourner en ridicule un geste malheureux, un mot incorrect, à faire retomber sur l'enseignement lui-même l'insuffisance intellectuelle du professeur, fut-elle de pure forme ? (Coste) (1).

Nous voyons donc les qualités importantes que doit posséder le professeur d'éducation physique. Elles lui sont nécessaires s'il veut tenir le rang qui lui est dû et s'il veut remplir complètement son rôle.

Or, à part le cours supérieur d'éducation physique il n'existe aucune institution destinée à le former. C'est pourquoi à la suite de tant d'hommes éminents : gymnastes, pédagogues et médecins, nous venons demander la création d'un Institut normal civil d'éducation physique.

Au commencement du siècle dernier la Suède créait un Institut normal de gymnastique civil et nous n'avons pas encore le nôtre. Cependant réclamé dès 1864 par le colonel d'Argy, il ne se passe pour ainsi dire pas d'année sans qu'on voit surgir une demande de création d'un semblable Institut.

En 1865, M. Laisné présente au ministère de l'Instruction

(1) COSTE. *Ed. phys. en France*, p. 20, 21.

publique un projet de formation d'une école normale de gymnastique générale. A ce projet, Duruy répondit qu'il ne pouvait y songer faute de fonds. Ce fut alors et ce sera toujours la réponse. Alors que l'on trouve de l'argent pour tant de choses, que de tout côté on a créé des écoles pour les moindres professions, jamais il n'y en a pour celle qui offre un intérêt aussi élevé, peut être à cause de cet intérêt même.

Le rapport si documenté du Dr Hillairet que nous avons analysé plus haut aboutit à la même demande.

« Je demande avec insistance, dit Paz dans un rapport adressé le 20 novembre 1870 au ministère de l'Instruction publique sur l'organisation de la gymnastique, la création d'une Ecole normale de gymnastique civile qui forme des professeurs pour les écoles, rien que pour les écoles.

« Qu'un professeur spécial soit attaché à chaque lycée, à chaque collège, à chaque école normale primaire, mais qu'il ne puisse exercer cet emploi qu'après avoir suivi, pendant un temps déterminé, les cours de l'Ecole normale de gymnastique civile, et pu justifier de connaissances suffisantes, tant au point de vue physique qu'au point de vue scientifique. »

En 1876, insistant de nouveau sur cette idée. « Il est de toute impossibilité, disait-il de fonder un enseignement gymnastique efficace pour les enfants si une méthode parfaitement adoptée à cet âge, à la fois si délicat et si décisif, n'est uniformément adoptée.

« Il n'est qu'un seul moyen d'obtenir ce résultat, c'est de fonder une Ecole normale ou ceux qui se destineront à cet enseignement, apprennent d'abord ce qu'ils devront plus tard démontrer aux autres ».

En 1887, M. Séhé, professeur de gymnastique, publie un projet de création d'une école normale de gymnastique.

A la commission de gymnastique au ministère de l'Instruction publique, Sansbœuf, président de l'Union des Sociétés de gymnastique demande la création d'une « Ecole supérieure de gymnastique ».

Au congrès de l'Education physique, avril 1889, le cinquième vœu s'exprime ainsi :

« Que pour arriver aux résultats susvisés la création d'une école de gymnastique à plusieurs degrés est indispensable ; d'une direction centrale à Paris et d'une inspection par Académie en attendant qu'elle puisse se faire par département. »

La nécessité d'un Institut normal central de gymnastique fut aussi reconnue par tous les membres du Congrès de 1900.

Le Dr Lachaud dans son rapport sur l'Education physique obligatoire réclame la création « d'un institut civil où les jeunes gens qui désireront se consacrer à l'éducation physique, pourront recevoir les enseignements suffisants pour rendre par la suite la leçon qu'ils seront appelés à donner aux enfants, plus claire, plus attrayante, et par conséquent plus productive ».

Aussi l'art. 11 du projet de loi Lachaud est-il ainsi rédigé :

« Un cours supérieur civil d'éducation physique est créé. Il est rattaché au Ministère de l'Instruction publique.

« Seront seuls admis à suivre les leçons de ce cours, les candidats ayant passé par les écoles régionales militaires.

« Un concours déterminera les admissions.

« La durée des cours est fixée à dix mois.

« Un règlement d'administration publique déterminera ultérieurement l'organisation et le fonctionnement de cette école normale supérieure d'éducation physique. »

Pourquoi obliger les candidats à passer pas des écoles régionales *militaires* pour entrer dans un institut civil. L'école

et le régiment sont deux choses différentes, ce ne sont ni les mêmes matières, ni les mêmes méthodes.

Malgré les critiques qu'il peut soulever, ce projet de loi porte en lui le principe de l'éducation physique obligatoire sanctionné par la création d'un institut civil. Nous devons souhaiter sa discussion et son adoption prochaine.

L'étude complète de ce que devrait être un semblable Institut nous entraînerait trop loin. Disons seulement qu'il devrait être rattaché à la Faculté de médecine, que chaque candidat pour être admis devrait être pourvu d'une instruction générale équivalente à celle exigée dans beaucoup d'écoles supérieures. Il ne devrait pas présenter la moindre infirmité physique, pas le moindre désordre de santé.

L'enseignement qui y serait donné serait à la fois théorique et pratique.

L'anatomie et la physiologie formeraient la base de l'enseignement théorique auxquelles viendraient s'ajouter : la théorie des mouvements, la gymnastique corrective, la psychologie, l'étude des sports, et l'hygiène. Il serait facile de les mettre en contact avec les enfants des hôpitaux, s'initiant ainsi à cette partie de la gymnastique purement médicale il est vrai, mais dont les principes sont souvent utilisables à l'école.

En Suède, les élèves sortent de ces écoles avec le titre de médecin gymnaste; en Amérique, ils sont professeurs de culture physique. Pourquoi n'en serait-il pas de même en France.

C'est là la voie à suivre et les progrès ne sont qu'à ce prix.

Les professeurs issus de cette école seraient destinés à enseigner dans les lycées et collèges et aussi dans les écoles normales d'instituteurs. Ils montreraient à ces derniers, toute la valeur d'une éducation physique rationnelle en les rendant aptes à donner eux-mêmes cet enseignement à leur élève.

CHAPITRE VI

DU MÉDECIN SCOLAIRE.

Historique. — Rôle du médecin scolaire au point de vue de l'éducation physique. — Fiche scolaire. — Classement physiologique des élèves. — Examen trimestriel et constatation des résultats. — Place du médecin dans l'éducation physique.

« La gymnastique est cette partie de la médecine qui enseigne la manière de conserver ou de rétablir la santé par l'usage de l'exercice. »

(Tissot.)

A côté du professeur de gymnastique dont la présence à l'école est nécessaire, doit se trouver le médecin scolaire. Celui-ci voit chaque jour s'étendre son domaine au fur et à mesure que se développent et se précisent les principes d'hygiène applicables aux écoles et aux enfants qui les fréquentent. Ni l'architecte ni le pédagogue ne peuvent maintenant agir sans l'avoir consulté, à plus forte raison le professeur de gymnastique doit-il avoir pour collaborateur le médecin qui mieux que tout autre possède la connaissance du corps humain.

« C'est avec la création de l'Université qu'apparaît le médecin de lycée (arrêté du 10 juin 1803 et règlement de 1809).

« Le proviseur choisit le médecin, le chirurgien et le pharmacien. Le médecin et le chirurgien sont tenus de faire tous les jours au moins une visite à l'*infirmerie* et d'en rendre compte au proviseur. »

Avec Duruy en 1864, « chaque lycée fut pourvu d'un médecin chargé de visiter chaque jour à l'*infirmerie* les

enfants malades et de prendre les mesures nécessaires en cas d'épidémies ».

On le voit le rôle du médecin se réduisait à peu en ce qui concerne l'hygiène.

En dehors des soins qu'il donne aux malades, le médecin de lycée ou de collège n'intervient pas. Et cependant déjà en 1830 dans la thèse de Bourjot, *Essai sur la conduite que doit tenir un médecin attaché à une maison d'éducation*, l'examen individuel de chaque enfant y est recommandé et décrit comme nous le verrons plus loin en des termes explicites.

Pour les écoles primaires, l'organisation de l'inspection médicale est laissée aux soins des villes et des communes. Il faut attendre jusqu'en 1886, la loi sur l'organisation de l'enseignement primaire pour voir un essai sérieux d'organisation de l'inspection médicale des écoles, et déterminer brièvement les attributions du médecin-inspecteur.

Cependant déjà en 1832, au lendemain de la loi Guizot du 28 juin 1833 qui chargeait le comité communal de veiller à la salubrité des écoles, la circulaire d'Orfila, vice-président du comité central de l'inspection primaire de la ville de Paris, avait ébauché l'inspection médicale en attachant un médecin à chaque école de garçons avec deux visites obligatoires par mois.

Un arrêté du 20 décembre 1842, relatif à l'établissement d'un service médical dans les écoles et les salles d'asile de Paris, spécifie article 3, que le médecin « examinera chaque élève nouvellement admis, » cependant on semble surtout ne pas voir autre chose dans cette visite, qu'une vérification de la vaccination des enfants. Cet arrêté d'ailleurs resta à peu près lettre morte.

Les circulaires ou arrêtés touchant l'inspection médicale des écoles qui parurent depuis, sont loin de spécifier aussi nettement le rôle de médecins-inspecteurs.

L'arrêté préfectoral du 13 juin 1879, dit simplement : « toute école ou salle d'asile devra recevoir, deux fois par mois, la visite du médecin-inspecteur sans préjudice des visites qui leur seraient demandées dans les cas urgents. Celui-ci inscrira, sur un registre spécial déposé dans chaque établissement et qui sera tenu constamment à la disposition du maire, de l'inspecteur de l'enseignement primaire et des délégués cantonaux, des observations que lui suggèrera l'état hygiénique de l'établissement et le nom des enfants qui devront être éloignés momentanément comme présentant des symptômes de maladies contagieuses ». Nous ne retrouvons nullement l'examen individuel de l'enfant nouvellement admis.

Le règlement de 1883 qui a régi jusqu'à cette année l'inspection médicale des écoles est plus explicite et précise le rôle du médecin. Il doit procéder à l'examen des enfants et en particulier de ceux qui lui seraient signalés par le directeur ou la directrice, comme présentant des symptômes d'indisposition.

Article 13 « une fois par mois, au moins, le médecin-inspecteur, pendant sa visite dans l'établissement, devra procéder à un examen attentif et individuel des enfants au point de vue des dents, des yeux, des oreilles, et de l'état général de la santé. »

Depuis cette époque, les acquisitions de l'hygiène scolaire ont été nombreuses et les sphères officielles ont retenti des discussions engendrées sur ce sujet. Telle par exemple l'élaboration de la loi de 1886, sur l'organisation de l'enseignement primaire, et d'autre part la discussion à l'Académie de médecine sur le surmenage. Aussi un projet de réorganisation du service de l'inspection médicale des écoles de la ville de Paris a-t-il été élaboré pour venir en discussion tout récemment au conseil municipal.

Ce projet qui doit entrer en application en 1910, n'est que l'aboutissement de nombreux rapports et discussions dont les conseillers municipaux de la ville de Paris eurent à s'occuper à plusieurs reprises.

En 1888, en effet, le D^r Blayac dans son rapport sur cette question, avait exprimé les desiderata de l'hygiène scolaire, et pour y relever ce qui dans les conclusions de ce rapport nous intéresse plus spécialement ; nous y lisons que cette inspection a pour but de faciliter « l'instruction de l'écolier par le complet usage de ses sens et de favoriser son développement physique.

ART. 3. — La surveillance hygiénique et médicale des écoles recherche les causes scolaires et individuelles qui peuvent nuire à l'écolier dans son développement physique et intellectuel.

ART. 6. — Pour cela un examen individuel de chaque écolier aura lieu tous les ans à la rentrée des classes. Cette enquête somatologique portera sur le tempérament et la constitution, sur l'état des organes des sens et de la dentition. On notera quelques mesures anthropométriques prises par les maîtres. »

« Les constatations seront inscrites sur un carnet individuel. L'ensemble des observations constituera pour chaque écolier un véritable dossier sanitaire. On y marquera les accidents pathologiques. »

ART. 8. — Le médecin-inspecteur doit s'intéresser aux moyens de l'hygiène et de la thérapeutique que l'école met à la portée de l'écolier : la propreté, *la gymnastique*, les exercices militaires, *les récréations, les jeux...*

ART. 16. — Autorité du médecin-inspecteur. « Elle devrait être égale à celle de l'inspecteur primaire, à l'un le développement intellectuel de l'enfant, à l'autre tout ce qui concerne son développement physique ».

Voilà en ce qui nous concerne les principales conclusions du rapport du Dr Blayac fait au lendemain de la loi de 1886. L'impression en fut votée par le Conseil municipal sur la proposition de M. Chautemps, le 7 novembre 1887.

Le rapport Vaillant, du 23 octobre 1897, reprenait toutes les idées du Dr Blayac, nous y trouvons nettement spécifié l'examen individuel de l'écolier avec création d'un dossier sanitaire, mais il y est dit aussi : « En dehors des conseils d'hygiène et de prophylaxie, des avertissements donnés à l'administration, à l'instituteur, aux familles, le médecin renvoie pour les soins médicaux, l'enfant au médecin de l'hôpital, du dispensaire ou de la famille. Il n'est pas médecin traitant des écoliers.

« C'est le médecin-inspecteur qui normalement fait l'inspection, aussi bien spéciale (yeux, oreilles, gorge, dents, cuir chevelu, etc.) que générale des enfants. »

Les conclusions du rapport Vaillant devaient servir de base à la réorganisation du service, suivant un vœu adopté le 18 novembre 1891 par le Conseil municipal.

Livré aux méditations d'une commission spéciale, ce rapport ne revit le jour que le 10 avril 1895, sous forme de projet donnant d'ailleurs satisfaction à toutes les exigences de l'hygiène scolaire, mais il fut ajourné le 12 novembre 1895 par le Conseil municipal faute de crédits disponibles.

Revenu en 1898, les mêmes raisons le firent ajourner de nouveau.

Remis à l'étude le 29 mars 1901, sur une question de M. Archain sur l'insuffisance de l'inspection médicale dans le XX^e arrondissement. Le projet de 1895, donna naissance au mémoire de 1903 que l'Administration présenta au Conseil municipal.

Mais ce mémoire était bien loin de satisfaire aux besoins

de l'hygiène scolaire. « C'est, dit M. Guibert, manifestement un pas, je dirai plus, un saut en arrière ».

En effet, l'examen individuel des enfants au point de vue des yeux, des oreilles et des dents est supprimé; il n'est plus tenu compte du dossier sanitaire de l'élève ou de sa fiche individuelle; la question du concours pour le recrutement des médecins-inspecteurs est abandonnée; l'effectif de chaque circonscription médicale est augmenté de cinq classes.

C'était en réalité des propositions à peine équivalente à celles contenues dans les arrêtés de 1842 et 1843.

Le 24 février 1903, la quatrième Commission du Conseil municipal était saisie d'un mémoire de M. le Préfet de la Seine, tendant à la réorganisation du service de l'inspection médicale des écoles. Celle-ci était « justifiée par l'augmentation constante du nombre des écoles primaires et maternelles et par ce fait que certaines écoles primaires supérieures n'ont pas de médecin-inspecteur ».

M. le Dr Guibert conseiller municipal fut nommé rapporteur.

A la suite du rapport du Dr Guibert, qui met nettement au point le rôle du médecin-inspecteur et ses attributions en même temps, qu'il met en relief l'importance de la fiche individuelle, les délibérations suivantes furent prises par le Conseil municipal de la ville de Paris, le 12 juillet 1909.

« Le Conseil sur le rapport (Imp. n° 135 de 1908) présenté par M. L. Guibert au nom de la quatrième Commission.

Délibère :

ARTICLE PREMIER. — Le service de l'inspection médicale des écoles de la ville de Paris, sera réorganisé sur les bases suivantes :

Le service comprendra l'inspection des écoles maternelles et primaires, des écoles primaires supérieures et des écoles professionnelles.

Les attributions des médecins-inspecteurs, qui exercent leurs fonc-

tions, à l'exclusion de tous autres médecins spécialistes comprendront :

1° La surveillance hygiénique des bâtiments et du mobilier scolaire ;

2° La prophylaxie des maladies transmissibles ;

3° *L'examen individuel des enfants à l'entrée à l'école ;*

4° *L'établissement de la fiche sanitaire individuelle pour les enfants de six ans ;*

5° Des visites réglementaires hebdomadaires des écoles municipales ;

6° La visite mensuelle des écoles privées ;

7° La revaccination des enfants des écoles publiques.

ART. 2. — Chaque circonscription d'inspection comprendra environ 1.000 enfants ; toutefois une exception pourra être faite pour les écoles réunies dans un même bâtiment et dont le nombre d'élèves dépasserait ce chiffre.

ART. 3. — Le nombre des circonscriptions sera de 210 :

ART. 4. — La présente organisation sera mise en vigueur à partir du 1^{er} janvier 1910.

Les médecins-inspecteurs dont le traitement est porté à 1.200 francs, seront recrutés au concours sur une liste de candidats arrêtée par le Préfet.

Il semble enfin que l'inspection médicale des écoles après être resté longtemps un pur assemblage de mots, tende à devenir une réalité, tout au moins dans les écoles maternelles et primaires élémentaires, les écoles primaires supérieures et les écoles professionnelles de la ville de Paris. C'est un exemple qui sera pensons-nous partout suivi. Pourquoi n'en serait-il pas de même pour les lycées et collèges des grandes villes.

Avec la réorganisation actuelle on a senti toute l'importance du médecin scolaire. Comme nous l'avons vu son rôle fut longtemps considéré comme des plus rudimentaire. Il était bien aux yeux de tous, le protecteur de la santé de

l'écolier, mais c'était tout simplement comme inspecteur de la salubrité des locaux ou des mesures prises en vue de la préservation des maladies transmissibles.

Depuis le Congrès international d'hygiène de Bruxelles en 1903, le rôle du médecin scolaire a été précisé et nettement étendu. Il comprend maintenant la *culture physique intégrale* et l'adaptation de la culture intellectuelle à la capacité physique de chaque enfant.

« L'inspection médicale, dit Méry, a pour but d'assurer la prophylaxie des maladies transmissibles, de constater l'état de santé de l'enfant, de surveiller sa croissance, de se préoccuper de ses tares et des moyens d'y remédier, en un mot de réaliser au complet la surveillance de la culture physique.

Le médecin scolaire ne doit pas être seulement un médecin des épidémies : il doit être aussi un puériculteur. La surveillance de la culture physique est aussi importante chez l'écolier que chez le nourrisson et l'enfant en bas âge ; cette surveillance, l'Etat et le médecin ont le droit et le devoir de l'exercer à toutes les périodes de l'enfance ».

C'est le point sur lequel nous allons fixer plus spécialement notre attention.

Supposons en effet un instant l'enfant placé dans une école irréprochable au point de vue de l'hygiène ; dans une salle bien éclairée, bien ventilée, convenablement chauffée et pourvue d'un mobilier excellent ; ayant à sa disposition des livres et des cartes parfaitement lisibles et instruit suivant les meilleures méthodes ; il pourra se faire que cet enfant, pour des causes toutes personnelles, soit incapables de jouir de ces avantages et d'en tirer tous les bénéfices qu'ils devraient lui procurer. Ces causes qu'un examen individuel peut seul faire découvrir, doivent être recherchées avec beaucoup de soins par le médecin-inspecteur.

C'est là à notre avis, le rôle le plus important et le plus utile de l'inspection des écoles et il faut le reconnaître, celui qui est le plus négligé. Il ne suffit pas en effet de tracer des programmes et d'exiger des connaissances, il faut s'assurer que l'enfant est apte à suivre les premiers et à s'assimiler les secondes, et le mettre en cet état, en supprimant ou réduisant au minimum, les obstacles inhérents à sa propre organisation.

Cette tâche est délicate entre toutes, seul un médecin, et un médecin scolaire est armé pour la remplir.

Tout ce qui touche à l'éducation physique de l'écolier, intéressera le médecin scolaire, lui seul à l'école par ses connaissances peut surveiller les effets des mouvements sur l'organisme et en apprécier les résultats, car qui mieux que lui connaît les conditions normales et régulières du développement corporel de l'enfant.

Les soins apportés à ce développement devront être, comme nous l'avons vu, aussi sérieux que ceux dont on entoure le développement intellectuel; le rôle joué dans l'école par le médecin en collaboration avec le professeur d'éducation physique, est égal au rôle du professeur de lettres ou de sciences. Il ne consistera pas tant dans l'application du programme de gymnastique que dans l'inspection, la constatation des résultats obtenus pour les enfants bien portants, et dans la direction pour les enfants débiles ou malades.

Pour cela la connaissance individuelle de chaque enfant est nécessaire.

Cette connaissance individuelle, le médecin ne l'aura que s'il pratique des examens individuels des enfants, tout d'abord à leur entrée à l'école, ensuite durant leur scolarité.

La première sanction de cet examen individuel sera dans l'établissement d'une fiche qui, en notant l'état physique, simplifiera beaucoup par la suite la tâche du médecin.

La demande d'établissement de la fiche individuelle n'est pas une idée nouvelle, si nous consultons en effet la thèse de Bourjot. « *Essai sur la conduite que doit tenir un médecin attaché à une maison d'éducation* », thèse soutenue en 1830 et qui ne fait que refléter des idées chères à ses maîtres, nous y lisons :

« A mesure que chaque élève passerait à peu près comme nos jeunes gens appelés au service militaire des notes seraient prises avec soin, pour être réunis sous des titres de feuilles » Cette feuille contiendrait « son âge, son pays, des notes concises sur son origine, ses parents, leurs maladies, les maladies antérieures de l'élève, ses dispositions morbides. A la visite on ajoutera à ces notes la bonne ou mauvaise conformation de la tête, les remarques crânologiques qu'elle pourrait offrir à faire, l'état des organes des sens de l'ouïe, de la vision, la portée de la vue, l'état des points lacrymaux, de la caruncule lacrymale, etc., etc. »

Puis suit l'examen des dents, du cou, de la poitrine, « il sera avantageux au médecin de noter sur sa feuille le rythme respiratoire après le repos et après une course rapide, ainsi que les mouvements du centre circulatoire. » « On pourrait en se servant d'un compas d'épaisseur, tel que le pelvimètre s'assurer des diamètres antéro-postérieures et transverses de la poitrine dans l'état d'expiration et d'inspiration. » « L'anneau inguinal sera examiné, le médecin s'assurera si le testicule est descendu, s'il ne fait pas saillie en dedans de l'anneau, ou s'il y est engagé de manière à provoquer des douleurs vives, » il verra de même s'il y a hypospadias, ou des concrétions du prépuce. L'état des membres le ton des chairs, les reliefs musculaires n'échapperont pas au médecin, il doit connaître pour ainsi dire, chacun des jeunes gens confiés à ses soins, comme dit le proverbe, « *intus et incute* ». La taille de chaque élève sera prise à cette visite par un toisé

exact; les défauts dans la rectitude du tronc, de la marche, en ressortiront mieux, et l'on fera sentir dans ces circonstances l'avantage d'une démarche nette et aisée. »

Puis dans des exercices publics, la somme des forces sera marquée par « le dynamomètre, des treuils, des leviers, l'agilité et la force des muscles, le seront par la largeur des fossés, à franchir ».

Quel beau programme et quelle richesse de documents n'aurions-nous pas si de telles mesures avaient été prises d'une façon systématique.

Nous avons tenu à citer textuellement le mémoire de Bourjot pour montrer combien ces idées sont relativement anciennes, qu'elles étaient admises par les meilleurs esprits et que le semblant de fiche que certains ont voulu établir n'étaient que de pâles indications à côté de celles qui étaient préconisées en 1830.

Depuis cette époque, il n'est pas de médecin qui se soit occupé d'hygiène scolaire, qui n'ait réclamé l'établissement de la fiche individuelle.

A propos du médecin de salle d'asile, il doit, dit le Dr Cerise, inscrire sur un tableau :

1° Les noms, l'âge, l'apparence générale ou le tempérament, la profession, les maladies habituelles, les mœurs et la position de fortune des parents ;

2° Le nom, l'âge, l'apparence générale et les maladies habituelles des enfants ;

3° Les observations de la directrice sur les inclinaisons, le caractère, les habitudes, les vices, les qualités morales et les aptitudes intellectuelles de chacun d'eux ;

4° La conformation extérieure de la tête et du crâne, les traits de la physionomie, les conditions physiologiques, et les remarques exactes qui peuvent résulter de ces observations.

5° Les progrès obtenus, les modifications survenues dans les aptitudes intellectuelles et dans les dispositions morales par l'effet de l'éducation ;

6° Enfin les rapports de ces progrès et de ces modifications avec les changements qui ont pu survenir dans la conformation extérieure et dans le tempérament.

D'autre part la première des revendications fondamentales que la Ligue des médecins et des familles fondée en 1902, par le Dr Mathieu, pour l'amélioration de l'hygiène physique et intellectuelle des écoles, ait inscrite au début sur son programme était la suivante :

« Nous réclamerons la constitution d'une fiche médicale individuelle à l'entrée de chaque élève dans un établissement scolaire ; la mise à jour ou revision périodique de cette fiche à intervalles plus ou moins espacés (trimestriels ou semestriels), par les soins du médecin attaché à l'établissement ; une telle fiche, indiquant la taille, le poids, le périmètre thoracique, l'examen de la dentition, de l'activité, l'acuité visuelle et auditive, l'analyse des urines, les antécédents pathologiques recueillis auprès de la famille ou de son médecin, permettront de dépister à leur début bon nombre de maladies, et de prendre des mesures préventives dans l'intérêt de l'écolier et de ses condisciples.

De nombreux modèles de fiches ont été proposés. On peut les ranger en deux catégories : les unes sont des plus simples et se contentent de s'occuper de la croissance, les autres établissent pour chaque enfant un véritable dossier, une « observation d'hôpital. »

« En réalité, on a fait des fiches ou trop simples ou trop compliquées » (1).

(1) On consultera avec profit au sujet de la fiche ou carnet scolaire : D^{rs} LETULLE, TEISSIER, ROUX, DINET. *Rapports des 1^{er} et 2^e Congrès d'hygiène scolaire de Paris*, 1904 et 1906.

D^rs PHILIPPE et BONCOUR. *L'éducation moderne*, mai 1906.

BINET et SIMON. *Revue scientifique*, 26 janvier 1907.

Mais avant même de parler de ce que sera cette fiche, voici que surgissent des objections à son principe même.

Avant de les envisager, établissons de suite une distinction capitale entre le médecin de l'internat et celui de l'externat.

Le premier, avec l'administration de l'école, remplace la famille auprès de l'enfant. Il doit être au courant de tout ce qui concerne sa santé dont il assume la responsabilité, aucune objection ne peut être soulevée contre l'établissement d'une fiche sanitaire pour l'interne.

Une circulaire en date du 20 octobre 1902, de M. le Ministre de l'Instruction publique, prescrit d'ailleurs l'établissement de la fiche sanitaire pour tous les élèves internes des établissements d'instruction secondaire de l'Etat.

Elle prescrit aussi une inspection corporelle trimestrielle.

Il n'en va plus de même, a-t-on dit, dès que le médecin se trouve en présence d'externes ou d'enfants des écoles communales.

Le médecin d'internat, dit nettement Lafontaine, ne doit pas dresser le carnet sanitaire des externes ou demi-pensionnaires de l'établissement. Il est pour les internes le médecin de famille, il ne l'est pas pour les autres.

On soutenait alors que, agir autrement, c'était créer une classe nouvelle de médecin, empiéter sur le droit des pères de familles, et en conservant l'idée de l'établissement de la fiche, on a voulu qu'elle le fut, par le médecin de la famille.

Nous dirons tout d'abord en ce qui concerne le droit du père de famille, que ce n'est en rien le violer, car il s'agit « d'un examen ne comportant non seulement aucun traite-

D^r MATHIEU. *L'hygiène scolaire*, avril 1907, p. 75.

D^r LAFONTAINE. *Essai sur l'organisation du service médical et sur le rôle du médecin dans les établissements scolaires d'internat*. Th. de Paris, G. Steinheil, 1909.

D^r DUFESTEL. *Hygiène scolaire*, Doin édit., 1909 et *Guide pratique du médecin-inspecteur des écoles*, Doin édit., 1910.

ment, mais encore exclut tout idée d'intervention thérapeutique. En aucun cas, le médecin scolaire ne doit traiter l'écopier soumis à son examen. » (Dufestel.)

Après l'examen de l'enfant, le médecin scolaire prévient la famille s'il le juge nécessaire ; au père averti du danger, à conduire son fils au médecin de son choix pour le faire soigner. « Du reste ajoute le Docteur Dufestel (1), l'enfant ne devra-t-il pas plus tard, au conseil de révision, étaler au grand jour ses misères physiologiques, ne sera-t-il pas obligé aussi, s'il veut affronter les grandes écoles militaires ou même l'école normale des instituteurs, de se soumettre à l'examen médical. »

D'ailleurs à côté des droits du père de famille il y a le droit de l'enfant. La société a le devoir de le protéger et de surveiller son développement physique. Des pays comme l'Allemagne, la Belgique, l'Angleterre et l'Amérique, aussi soucieux sinon plus que le nôtre, du droit de chacun, ont établi l'inspection médicale dans leurs écoles, et elle fonctionne sans récrimination.

A l'établissement de la fiche sanitaire par le médecin de la famille, on a objecté la nécessité de l'uniformité des mensurations anthropométriques. Il semble cependant qu'avec des indications suffisamment précises, il serait possible à tous les médecins d'établir une fiche sur un modèle uniforme.

Cette fiche rendue obligatoire à l'entrée de l'élève, serait remise au service médical de l'école. Le secret médical ne serait en rien violé, puisque le médecin scolaire serait lui-même tenu au secret. Il ne serait pas plus violé qu'il ne l'est à l'hôpital.

Un délai pourrait être accordé à l'élève, après son entrée,

(1) DUFESTEL, *Médecine scolaire*, t. II, n° 10.

(2) ID, *Ibid.*

pour la production de sa fiche sanitaire, après lequel, à son défaut, elle serait établie par le médecin scolaire.

Ainsi croyons-nous, seraient ménagés les susceptibilités des familles, et de leurs médecins, qui prêteraient très volontiers leur concours. Cela aurait aussi un autre résultat non moins appréciable, qui serait de mettre en éveil sur cette question les familles qui souvent ne s'intéressent pas comme elles le devraient à la santé de leurs enfants.

Disons en passant que la fiche étant faite par le médecin, soumis aux obligations du secret professionnel et restant en sa possession, il suffit de prendre les précautions indispensables pour éviter toute indiscretion.

L'établissement de la fiche sanitaire, s'il ne s'accompagne d'aucune sanction est évidemment curieux et utile au point de vue statistique, mais c'est tout. « Qu'importe en effet de constater que le lycée donne asile à des fatigués, des anormaux, des arriérés si, malgré cette constatation, ces enfants suivent le régime commun, et sont élevés comme des sujets sains et normaux. » (Lafontaine.) Le but du carnet sanitaire est de permettre au médecin de se rendre compte des aptitudes physiques de l'enfant, de l'état de fonctionnement de ses organes, pour diriger son éducation physique. La fiche ou carnet sanitaire permet seul au médecin chargé de la surveillance de la culture physique de remplir son rôle.

Ce serait peu, nous dit Bourjot, pour un médecin livré à l'éducation physique de la jeunesse que d'avoir réglé avec avantages pour l'accroissement le régime alimentaire, s'il ne cherchait à diriger l'emploi des forces acquises, à les augmenter par des exercices, de manière à donner aux jeunes gens un corps vigoureux, capable de supporter tous les travaux de la vie.

Pour agir dans ce sens, il est nécessaire que les enfants soient répartis en groupes, formés d'élèves ayant entre eux,

le plus possible d'égalité ou de ressemblance anatomique et physiologique. Un tel classement ne peut être obtenu que par l'examen médical individuel et l'établissement de la fiche sanitaire, qui en est le corollaire essentiel. « De quelle importance, dit Bourjot, ne retrouverons-nous pas être ces notes, lorsqu'il s'agira de déterminer les exercices gymnastiques utiles ou nuisibles, selon telle ou telle disposition ».

Le classement d'après l'âge ne saurait avoir de raison d'être, que dans le cas où tous les sujets présenteraient un développement normal; ce qui malheureusement ne se rencontre pas. Dans la réalité un tel classement ne peut être que très approximatif, et avec Binet nous pourrions même dire qu'il est absurde et dangereux. S'il est en effet « un âge chronologique qui résulte de la date inscrite sur l'acte de naissance, il y en a un autre qui est l'âge anatomique et physiologique qui est exprimé par la hauteur de la taille, par le poids, par la force musculaire, le développement de la dentition et du système pileux, le timbre de la voix et tous les signes révélateurs de la maturité. Normalement ces deux âges, le chronologique et le physiologique, se correspondent; mais ils correspondent avec de nombreuses exceptions. Il n'est pas rare de rencontrer des enfants qui sont plus âgés ou moins âgés que leur âge légal; et l'avance ou le retard s'élève parfois à deux ans, rarement à plus. » (Binet).

Aussi est-il peu scientifique de vouloir exiger les mêmes efforts physiques d'enfants de même âge, alors qu'ils diffèrent tellement les uns des autres par leur structure physique et leurs capacités fonctionnelles nerveuses et musculaires.

Le principe d'un classement physiologique est d'ailleurs reconnu en plusieurs endroits du *Manuel d'exercice physi-*

(1) BINET. *Les idées modernes sur les enfants*, p. 48.

ques et de jeux scolaires de 1909. « Ne pas perdre, dit-il, p. 16, l'indication essentielle suivante : « L'âge des sujets « n'indique pas toujours leur degré de développement ni de « résistance ; il faudra donc tenir compte de leur état physi- « que pour les grouper ».

L'âge physiologique est le seul âge réel.

Comment connaître cet âge physiologique sans la fiche sanitaire ?

Grâce à elle, il sera facile au médecin de diviser les enfants en trois catégories : les robustes, les chétifs et les maladifs.

Les premiers, sont ceux qui issus de parents sains, ne présentent eux-mêmes aucune tare physique ni physiologique et sont normalement constitués. Ils seront soumis aux exercices qui n'auront d'autre but que d'entretenir leur santé générale en développant progressivement et harmonieusement toutes leurs fonctions.

Les chétifs comprendront ceux qu'une hérédité fâcheuse, une maladie antérieure, une hygiène défectueuse aura plus ou moins lésé. Ceux-là seront justiciables d'une gymnastique plus spéciale bien reconnue par le nouveau manuel. « Le professeur, dit-il, (1), se trouvant en présence d'élèves ayant une mauvaise attitude (tête penchée en avant, épaules en avant, poitrine rentrée), devra, pendant plusieurs leçons successives, donner plus de temps aux 3^e et 5^e séries (2), en faisant un choix parmi les exercices correctifs ».

Les maladifs sont ceux qui relèveront d'une gymnastique plus proprement médicale, orthopédique, ou pour qui certains mouvements seraient nuisibles.

Le médecin inspecteur n'aura pas pour fonction de les

(1) P. 126.

(2) La 2^e série comprend les mouvements des membres supérieurs dans ses attitudes variées. La 5^e série, mouvements du tronc.

traiter. Ce sont des malades qui relèvent du médecin de famille. Son rôle consistera dans un avertissement des parents.

Ainsi la leçon de gymnastique pourra s'adapter à la valeur physiologique de chaque catégorie d'individus. Elle sera dosée suivant leur développement et l'entraînement se fera d'une façon rationnelle.

On ne confondra plus ni les forts et les faibles dans une même escouade, au risque de demander un travail qui sera insuffisant pour exercer les uns, excessif et débilitant pour les autres.

« Je suppose la visite finie, dit Bourjot, les notes remplies, maintenant il faudra perpétuer ce bon usage; tous les trois mois elle sera recommencée, les changements, les améliorations, les défauts survenus seront signalés, on reconnaîtra les abus, on les corrigera ».

En Amérique, nous dit Mosso (1), « l'étudiant qui se fait inscrire doit passer à la visite du médecin et du professeur de gymnastique. Ceux-ci rédigent sa feuille biologique et y indiquent les exercices qu'ils conseillent et dont sa constitution semble avoir le plus besoin. A la fin de chaque année les résultats obtenus sont inscrits sur cette feuille. Ceci explique pourquoi les Américains sont aujourd'hui supérieurs à tous les autres peuples pour les recherches anthropométriques, et pour la connaissance des lois qui régissent la croissance de la jeunesse. Dans aucun pays, en effet, on n'étudie avec une telle exactitude et un tel luxe de statistiques la forme du corps humain chez le jeune peuple qui fréquente les écoles. »

On attache, dans les pays scandinaves, une telle importance à cette question de maintien des enfants, que dans

(1) Mosso, *Education physique et développement intellectuel*, p. 157.

toutes les écoles, publiques et privées, ils sont examinés trois fois par an, aux mois de septembre, janvier et mai, par des médecins-inspecteurs. Cette inspection qui est obligatoire, a pour résultat la découverte des déviations dès le commencement et le redressement par un traitement immédiat.

En France malgré la circulaire ministérielle de 1902, cette visite trimestrielle est loin d'être consciencieusement faite partout. Beaucoup cependant ne néglige pas cette partie importante de leur tâche. « Grâce à cette révision trimestrielle, dit le D^r Letulle, la santé générale de chaque sujet est surveillée; on voit l'enfant grandir, grossir et se développer, tout retard dans la croissance tout arrêt est étudié. L'influence des concours et des examens s'inscrit, d'une manière saisissante sur nos fiches et le dernier trimestre montre régulièrement une forte baisse de poids pour tous les grands travailleurs ».

On voit donc toute l'importance de ces visites médicales trimestrielles, On y notera tout particulièrement la marche du développement physique. Celui-ci ne suit pas d'ordinaire une marche régulièrement progressive, il se fait par poussée, par à coup. Ces poussées et ces à coups ne se font pas forcément à la même époque chez les enfants, les uns sont en avance, les autres en retard.

En particulier, tous les phénomènes physiques et physiologiques qui accompagnent la puberté devront être notés et suivis avec soin. A cette période plus encore qu'à toute autre, les exercices physiques devront se faire avec mesure et modération.

Plus qu'à un autre moment ils peuvent être ou excellents ou exécrables. Le médecin doit être là pour les diriger vers un but purement hygiénique en évitant les excès. Trop facilement il arrive qu'on fatigue le corps au lieu de le délas-

ser, ou qu'on le fausse un peu plus au lieu de le redresser. Il faut en un mot éviter « le malmenage » physique.

On se rappellera aussi à ce propos la relation que nous avons établie entre les poussées de croissance et le travail intellectuel d'où les utiles renseignements que pourra fournir le médecin au professeur.

Il ne faut pas forcer le travail intellectuel pendant une phase où l'énergie mentale devrait céder le pas à l'énergie végétative, car alors on contrecarre la croissance de certains organes et les résultats funestes ne sont que trop réels.

Au contraire, lorsque la croissance se calme, l'énergie redevenue disponible peut rentrer au service du travail psychique.

Ce ne sera pas d'autre part un des moindres avantages de la fiche scolaire tenue régulièrement à jour, de constater les résultats obtenus par l'éducation physique. Nous l'avons vu, ce qui a jeté le discrédit sur la gymnastique des écoles, c'est le peu de résultat qu'elle a donné jusqu'ici. Or le jour où l'établissement des résultats sera une chose obligatoire, l'État et les chefs d'établissements s'efforceront par tous les moyens de favoriser le développement physique de l'enfant.

Grâce à l'examen individuel et à la fiche scolaire, on a pu constater les heureux résultats que procurent les colonies de vacances sur la santé des enfants : Augmentation du poids, du périmètre thoracique, des forces en général. Les enfants à leur retour respirent la vie et la santé.

Le jour où par la gymnastique on pourra montrer aux familles de semblables résultats, ce sera cause gagnée pour l'éducation physique.

Enfin comme le dit Binet (1) : « L'examen et la mesure du dé-

(1) BINET, *Les idées modernes sur les enfants*, p. 60.

veloppement physique des enfants n'ont pas seulement un intérêt de pédagogie; toutes ces questions, quand on les comprend bien, débordent les intérêts propres de l'école, et prennent une véritable importance sociale; car elles mettent en jeu l'avenir de notre race et l'organisation de notre Société. »

Ainsi donc : de l'examen individuel de l'établissement de la fiche scolaire ne peut résulter pour l'enfant que des avantages. Le profit qu'il en tirera sera d'autant meilleur que le médecin chargé de ce service sera mieux préparé à sa tâche.

Nous avons vu qu'à partir de 1910, le recrutement des médecins-inspecteurs des écoles de la ville de Paris devait avoir lieu au concours. Il est à souhaiter qu'il en soit ainsi pour toutes les agglomérations et que cet exemple soit suivi par l'État pour ses lycées et collèges.

Le médecin de l'école doit être au courant des multiples questions qu'il peut être amené à résoudre. Il devra savoir tout ce qui concerne le développement physique des enfants, leur croissance, l'éducation physique, les avantages comparés des diverses méthodes de gymnastique, des divers jeux, les travaux manuels.

L'influence sur l'organisme du repos, de la fatigue et du surmenage.

Mais dans les villes de moindre importance dans les campagnes où le nombre des médecins est limité, on ne peut faire appel au concours pour choisir le médecin des maisons d'éducation. Il serait donc bon que les étudiants en médecine soit à même d'apprendre toutes ces choses.

Il est regrettable de constater combien parmi les étudiants en médecine il en est peu qui s'intéresse aux questions d'éducation physique et combien grande est l'ignorance [de beaucoup de médecins à ce sujet.

Cela est si évitent qu'au Congrès de l'Association française pour l'avancement des sciences tenu à Lille du 2 au 7 août 1909. Le vœu suivant fut voté.

« Il est créé dans toutes les Facultés de médecine, un cours obligatoire de physiologie des mouvements et d'hygiène des exercices physiques. »

Cela ne servira de rien tant que le médecin ne sera pas pénétré de cette idée qu'il doit s'imposer de plus en plus comme le conseiller d'hygiène, comme le directeur corporel.

Si le médecin ne s'en occupe pas il sera supplanté par d'autres non autorisées. De même que l'on a vu les mutualités sortir de leur domaine qui est la prévoyance individuelle pour s'occuper d'hygiène publique sans tenir compte du corps médical organisé (Congrès mutualiste, 12 au 16 nov. 1909), on verra surgir des directeurs d'éducation physique que nullement médecin, alors qu'à lui seul revient ce rôle.

« En très grande majorité, a dit Ch. de Saint-Cyr, les médecins ignorent la question sportive. » C'est là un reproche par trop sévère et fût-il vrai, personne ne contestera que quelqu'un ne soit mieux préparé que le médecin pour établir la valeur comparative de chacun des exercices, et pour préciser en s'appuyant sur des arguments physiologiques, la supériorité de chacun d'eux suivant les circonstances et suivant les sujets ; lui seul peut juger du retentissement que peut avoir chaque variété de gymnastique ou de sport sur telle ou telle partie du corps, des effets spéciaux sur telle ou telle fonctions de l'organisme, et enfin des influences très diverses sur le mouvement de nutrition et sur le développement de l'individu.

Si à ces qualités intellectuelles le médecin joint des qualités morales, personne ne songera à prendre ombrage de son

(1) Ch. DE SAINT-CYR, *Le sport, éducateur social*, p. 42.

rôle, ni les familles, ni les confrères, ni les maîtres, ni les professeurs de gymnastique.

Envers les confrères et les familles l'observance stricte des lois de la déontologie le guideront sûrement.

Avec les maîtres et les professeurs de gymnastique dont il est le collaborateur, l'entente cordiale devra régner toujours.

Loin de s'imposer comme le représentant d'une religion nouvelle aux dogmes intangibles ce sera l'intérêt de l'enfant sagement entrevu et discuté qui passera par dessus tout et, si comme médecin, il fournit d'utiles indications aux maîtres, ceux-ci en retour lui apporteront de riches éléments pour fixer la direction la meilleure.

Certains prétendent que l'accueil fait par les professeurs de gymnastique au médecin serait mauvais, dans cette branche de la thérapeutique préventive qu'ils chercheraient plutôt à lui enlever. Nous n'en croyons rien, jusqu'ici nous n'avons pu que constater les rapports cordiaux qui existent entre ces deux catégories. Et d'ailleurs l'intervention médicale dans ce domaine a toujours eu pour résultat de relever la condition tant matérielle que morale du professeur de gymnastique, et ce dernier ne peut que lui en savoir gré.

Déjà, en 1888, un professeur de gymnastique dans la *Gymnastique française*, organe de l'Union des professeurs de gymnastique, préconisait l'entente entre le proviseur, le directeur, le médecin et le professeur de gymnastique.

Depuis 1890, les professeurs de gymnastique ont fait ressortir l'utilité, la nécessité même qu'il y avait à ce que chaque élève fut examiné par le médecin avant d'être mis entre leurs mains.

L'union étroite de ceux qui collaborent à l'œuvre d'éducation physique existe donc, elle ne peut que se resserrer au fur et à mesure qu'ils se connaîtront mieux.

Ainsi en présence de l'enseignement physique nécessaire,

aussi nécessaire, nous avons vu que l'enseignement intellectuel deux organes essentiels devaient être perfectionnés. D'une part, le professeur de gymnastique, lequel en présence d'un rôle plus large, nous préférierions nommer professeur d'éducation physique et d'autre part le médecin scolaire.

Après bien des années de tâtonnements, la ville de Paris, dans sa réorganisation de l'inspection médicale de ses écoles, vient de préciser quel doit être le rôle du médecin-inspecteur, nous nous sommes attachés à montrer plus particulièrement la part qu'il doit prendre à l'éducation physique.

Etablir la fiche scolaire et la tenir à jour, tel est le point capital sur lequel tout doit reposer. De cette fiche en effet, sortira le classement physiologique des enfants et l'appropriation des exercices à chaque groupe.

De cette fiche sortira aussi les résultats tangibles qui serviront à juger la valeur de l'enseignement.

De cette fiche enfin le maître et le médecin pourront tirer d'utiles renseignements en établissant les rapports entre le développement physique et le travail intellectuel.

Avec des médecins préparés à ce rôle nouveau, pénétrés de cette idée que c'est à eux que revient la direction de l'éducation corporelle, les résultats heureux ne tarderont pas à venir récompenser leurs efforts. Les familles comprenant enfin la nécessité et l'utilité d'un semblable enseignement deviendront moins réfractaires aux programmes nouveaux qui feront une large part à la vie physique.

CONCLUSIONS

La pédagogie longtemps demeurée dans le domaine de l'empirisme a pris ces dernières années avec la pédologie une orientation nouvelle, une direction plus scientifique. Depuis de longues années on impose aux enfants des programmes qui n'ont d'autre raison d'être que la tradition. De temps en temps, suivant l'inspiration du moment, des modifications plus ou moins heureuses y ont été apportées; mais le fond reste le même.

Ces programmes qui fixent et les matières à enseigner et le temps à leur consacrer, sont des moules auxquels l'enfant doit s'adapter. Or, c'est le contraire qu'il faudrait. L'esprit de l'enfant doit être le moule dans lequel viendront s'adapter et les programmes et surtout les méthodes.

C'est là la pédagogie de demain basée sur l'étude de l'enfant, sur la connaissance de son développement intellectuel.

Au point de vue de la culture physique qui nous intéresse plus spécialement, semblables fondements sont une vérité évidente. C'est ainsi que nous avons voulu montrer la nécessité de cette culture physique par l'étude même de la vie imposée à la jeunesse des écoles. Le mouvement est un besoin naturel chez l'enfant, il est nécessaire à son bon développement corporel. Or, il semble qu'à l'école on prenne soin de refréner, d'annihiler cet instinct naturel si nécessaire. On fait un sédentaire de celui dont la santé semble être le gage d'une agitation perpétuelle. Les effets funestes

ne se font n'ailleurs pas attendre : déformation du squelette, ankylose des articulations, dégénérescence des muscles et des vaisseaux, travail maximum du cœur auxquels vient s'ajouter une intoxication lente due aux troubles digestifs, au ralentissement des échanges, et à la diminution de la capacité respiratoire, tel est le bilan de la sédentarité.

Un tel organisme sera dans l'action incapable de tout effort physique, en contact avec les agents morbides qui le guettent, incapable de toute résistance à l'infection.

Nous nous sommes appuyés sur les opinions les plus autorisées et sur des statistiques admises par tous. Elles sont venues corroborer ce que notre faible expérience nous avait appris.

Connaissant la cause du mal, le remède est ainsi à déterminer. Il sera dans une plus large part accordée aux exercices physiques. Ceux-ci mettant l'enfant, autant qu'il est possible, dans des conditions de vie naturelle, lutteront efficacement contre l'étiollement qui le guette.

Mais préconisant plus d'exercices physiques n'allons-nous pas, diminuant ainsi le temps consacré au travail intellectuel abaisser le niveau des études? C'est alors que nous nous sommes attachés à montrer que les exercices physiques n'entravaient en rien et tendraient même à favoriser le développement des facultés psychiques : volonté et intelligence.

L'étude de ces facultés en elles-mêmes, l'étude des phénomènes physiologiques que l'exercice provoque tant du côté du cerveau que du côté de l'organisme tout entier, enfin les exemples tirés de l'étude des hommes de talent et des statistiques données par certains établissements d'enseignement sont, pensons-nous, des arguments suffisants pour prouver l'excellence des exercices du corps sur le développement intellectuel. De là découle la nécessité de l'égalité de ces deux enseignements physique et intellectuel. Elle

seule nous donnera un développement harmonieux de l'individu.

Ces deux points étant acquis, qu'est-ce que l'Etat, qu'est-ce que l'Université ont fait pour atteindre ce but désirable qu'est le développement harmonieux du corps et de l'esprit? Nous relevons alors une multitude de lois, décrets, règlements, arrêtés et circulaires, dont les recteurs et proviseurs furent inondés. On y sent, suivant les époques, les tendances athlétiques, militaires, sportives. Les bonnes intentions y abondent; les résultats en sont nuls.

Si nous jetons, en effet, un coup d'œil sur ce qui existe dans les différents enseignements primaire, secondaire et supérieur au point de vue exercices physiques, nous devons constater leur insuffisance. Une heure par semaine passée au gymnase à exécuter le plus souvent un exercice illusoire, voilà pour les primaires et les secondaires. Exercice nul, voilà pour l'enseignement supérieur.

Les causes de cet état de choses sont dans le manque d'organisation de cet enseignement qui fait que les résultats en sont médiocres, et dans le peu de sympathie qu'il inspire aux éducateurs et aux familles.

Nous demandons que la gymnastique soit quotidienne, que la leçon ait une durée d'une heure prise sur le temps consacré aux études, qu'elle ait lieu sur un emplacement suffisamment vaste, largement aéré et possédant un sol sans poussière. A ce gymnase seraient adjoints des installations hydrothérapiques et d'autre part un terrain de jeux. Ce dernier serait facile à aménager dans les squares à proximité des écoles, et lors de la désaffectation des fortifications de Paris il faudra exiger que de vastes emplacements soient réservés pour les jeux des écoliers.

La leçon devra être gaie, attrayante et adaptée aux capacités physiologiques des enfants. Les jeux en formeront une **bonne part.**

Mais pour l'établissement de ce programme, si simple cependant, il est des résistances à vaincre. Elles sont représentées par le corps enseignant et par les familles.

Le premier a été jusqu'ici assez rebelle à cette idée d'éducation physique sur laquelle il a les préjugés communs et dont il ignore la portée. Mais il est une chose dont il faut le débarrasser, c'est cette contrainte que lui impose la loi qui rend le maître responsable du plus petit atout reçu par un élève sous sa surveillance. Cette responsabilité paralyse toute bonne volonté. Libérés de ce côté les éducateurs, de la jeunesse seraient vite convertis aux exercices physiques.

Quant aux familles ce sera peut-être plus difficiles. Les craintes des mamans surtout seront peu faciles à dissiper. Pourquoi alors ne pas fournir aux parents avec les notes trimestrielles, les mensurations qui auraient été relevées sur leurs enfants, pourquoi aussi ne pas exiger au baccalauréat ou à tout examen de fin d'études une épreuve portant sur l'éducation physique montrant que l'élève sait qu'il a un corps, ce qu'il peut lui demander, ce qu'il est en droit d'en attendre ? Ce serait là une sanction qui leverait bien des obstacles.

Nous avons enfin étudié deux personnalités qui dans la question des exercices physiques à l'école peuvent et doivent jouer le premier rôle, ce sont : le professeur de gymnastique qu'il vaudrait mieux dénommer professeur d'éducation physique et en second lieu le médecin scolaire.

Le professeur d'éducation physique doit être considéré à l'égal des autres professeurs ; son rôle dans l'éducation de la jeunesse n'est pas moindre. Pour acquérir cette considération aux yeux du corps enseignant et des familles, il doit remplir les conditions exigées de tous ceux à qui l'instruction des enfants est confiée : une tenue irréprochable, du savoir et des qualités pédagogiques.

Voilà ce qui a longtemps manqué au professeur de gymnas-

tique par suite d'un recrutement défectueux. Depuis la création du cours supérieur d'éducation physique en 1903, pour les candidats à la fonction de professeur de gymnastique dans les établissements d'enseignement public, un grand perfectionnement s'est effectué dans ce sens, mais ce n'est pas assez.

Il faut créer en France, comme cela existe dans beaucoup de pays étrangers, un Institut normal civil d'éducation physique, rattaché à l'école de médecine. Là seraient formés les futurs professeurs d'éducation physique.

Le rôle du médecin concernant les exercices physiques à l'école n'est pas moins considérable. A lui revient la surveillance, lui seul peut jouer le rôle d'inspecteur.

Au début de l'année, par l'examen individuel des enfants et l'établissement de la fiche scolaire, il pourra procéder au classement physiologique. Il pourra diviser les enfants en robustes, chétifs et maladiers. Les exercices physiques pourront alors être appropriés à chaque catégorie et convenablement dosés évitant ainsi l'excès ou le défaut de mouvements.

Si dans les grandes villes le médecin scolaire est un médecin spécialisé dans ces questions particulières, il serait bon que dans les petites villes tout médecin fut en mesure de s'imposer comme directeur de l'éducation physique. Aussi ne saurait-il trop s'y préparer par l'étude de tout ce qui touche à cette question. Il accomplira ainsi une partie et non des moindres de son rôle si élevé qui est d'entretenir et de développer le capital vital de l'humanité dont il est le dépositaire.

INDEX BIBLIOGRAPHIQUE (1)

- Amoros.** — *Nouveau manuel complet d'éducation physique et morale* 2^e édit., Paris, Roret, 1848, 2 vol. in-12.
- Bain.** — *La science de l'éducation* (Bibliothèque scient. intern.), Paris, Alcan, 1880.
- Ballet (Gilbert).** — Hygiène scolaire. *Revue scientifique*, 2 septembre 1905, p. 289.
- Bardoux.** — *L'enseignement de la gymnastique dans l'Université*, Paris, Imp. nationale, 1878.
- Bérard.** — *Rapport sur l'enseignement de la gymnastique dans les lycées*, 1854.
- Binet.** — *Les idées modernes sur les enfants*. Paris, Flammarion, 1910.
- Binet et Courtier.** — Effets du travail intellectuel sur la circulation capillaire. *L'année psychologique*, 1897, III, p. 42.
- Binet et Henri.** — *La fatigue intellectuelle*. Paris, Schleicher, 1898.
- Binet et Vashide.** — Influence du travail intellectuel, des émotions et du travail physique sur la pression du sang. *L'année psychologique*, 1897.
- Blatin.** — Discours sur l'éducation physique prononcé à la Chambre des députés. *Mémoires et documents scolaires publiés par le Musée pédagogique*, fascicule n° 49.
- Bocquillon (E.).** — *Etude expérimentale et comparée de l'action des différentes méthodes d'éducation physique sur le développement corporel et le développement musculaire*, Thèse de Paris, 1905.
- Bourjot.** — *Essai sur la conduite que doit tenir un médecin attaché à une maison d'éducation*. Thèse de médecine de Paris, 1830.

(1) Ce n'est pas là une bibliographie complète des ouvrages qui traitent des exercices physiques, et pour laquelle on se reportera au livre de M. DEMENY, *Ecole française*. Libr. L. Fournier, 1909.

Nous citons seulement les ouvrages que nous avons consultés pour notre travail.

- Brouardel et Mosny.** — *Traité d'Hygiène*, fasc. III : Anthropologie. Hygiène individuelle. Education physique, Paris, Baillière, 1906.
- Caminade.** — *Du développement thoracique par la gymnastique respiratoire. Contribution à l'éducation physique de la jeunesse*, Thèse de Bordeaux, 1896-97.
- Carrieu.** — *De la fatigue et son influence pathogénique*, Baillière 1878.
- Cerise.** — *Le Médecin des salles d'Asile ou Manuel d'Hygiène et d'éducation physique de l'enfance*, Paris, Hachette, 1857.
- Chancerel.** — *Histoire de la gymnastique médicale depuis son origine jusqu'à nos jours*, Thèse de Paris, 1864.
- Claparède.** — *Psychologie de l'enfant et pédagogie expérimentale* 2^e édition, Genève, 1909.
- Clias.** — *Gymnastique élémentaire ou cours analytique et gradué propre à développer et fortifier l'organisation humaine*, 1819.
- Collineau.** — *La gymnastique. Notions physiologique et pédagogique. Applications hygiéniques et médicale*, Paris. J-B. Baillière 1884.
- Compayré (B).** — *L'adolescence. Etude de psychologie et de pédagogie*, Paris, Alcan, 1908.
- Congrès international pour la protection des exercices physiques dans l'Education.** Exposition universelle internationale, 1889.
- Congrès international de l'Education physique tenu à Paris** du 30 août au 6 septembre 1900.
- Congrès international de sport et d'éducation physique**, Bruxelles 9-15 juin 1905.
- 2^e Congrès d'hygiène scolaire et de pédagogie physiologique**, Paris, Masson, 1905.
- 2^e Congrès international d'hygiène scolaire**, 1907.
- Coste.** — *L'Education physique en France*, Paris, Charles Lavauzelle.
- Coubertin (Pierre de).** — *L'Education anglaise en France*, 1889.
- Coubertin (Pierre de).** — *Notes sur l'Education pratique*, Paris, Hachette, 1901.
- Coubertin (Pierre de).** — *Les batailles de l'Education physique. Une campagne de vingt-et-un ans (1887-1908)*. Lib. de l'Education physique, 76, Av. de Suffren, 1909.
- Couvreur.** — *Les exercices du corps, le développement de la force et de l'adresse*, Paris, 1890.
- Cruchet.** — *Introduction à la médecine des enfants*, in *La Pratique des maladies des enfants*, Paris, J.-B. Baillière, 1909.

- Culture physique (La)*, Revue bimensuelle.
- Dally**. — *Les déformations scolaires de la colonne vertébrale*, *Revue d'hygiène*, 15 septembre, 1879.
- Dally**. — Enseignement de la gymnastique et des jeux scolaires, *Musée pédagogique*, 2^e série, fasc. n° 38, 1889.
- Dally**. — *Cynésiologie*.
- Daryl**. — *Renaissance physique*, Paris, Hetzel s. d.
- Delville**. — L'inspection médicale des écoles primaires, *Gazette médicale de Paris*, janvier 1880.
- Demeny**. — *Bases de l'enseignement de l'éducation physique dans les écoles publiques. Propositions présentées à la Commission de gymnastique chargée de la revision des programmes*. Paris, Imp. nat. 1888.
- Demeny**. — De la précision des méthodes d'éducation physique. *Revue scientifique*, 20 sept. 1890.
- Demeny**. — La science de l'éducation physique. *Revue scientifique*, 10 fév. 1900.
- Demeny**. — *Les bases scientifiques de l'éducation physique*. Alcan, 1902.
- Demeny**. — Education physique. Sur l'évolution de l'éducation physique en France. *Revue scientifique*, 23 sept. 1905, p. 394.
- Demeny**. — *Evolution de l'éducation physique. L'école française*. Librairie L. Fournier, 1909.
- Demeny, Philippe et Racine**. — *Cours théorique et pratique d'éducation physique*, 2^e édit. Alcan, 1909.
- Desbonnet et Rouhet**. — *L'art de créer le pur sang humain*.
- Desessartz**. — *Traité de l'éducation corporelle des enfants en bas âge*, 1^{re} édit., in-12. Paris, chez Th. Herissant, 1760, 2^e édit. Th. Barrois, an VI de la République française.
- Dinet**. — *Physiologie et pathologie de l'éducation*. Thèse de Paris, 1903-1904.
- Dubois-Raymond**. — L'exercice. *Revue scientifique*, 1882, p. 97.
- Dubosclard**. — *Considérations sur l'hygiène de l'internat dans les lycées de garçons*. Thèse de Paris, 1903-1904.
- Dufestel**. — Les résultats de la nouvelle méthode de gymnastique dans les écoles de la ville de Paris. *Clinique infantile*, 1^{er} sept. 1905, n° 17.
- Dufestel**. — Nouvelles recherches sur les résultats de la méthode de

- gymnastique appliquée dans les écoles de la ville de Paris. *Clinique infantile*, 1^{er} sept. 1906.
- Dufestel.** — L'enseignement de la gymnastique dans les écoles allemandes. *Clinique infantile*, 1^{er} août 1908.
- Dufestel.** — *Tuberculose scolaire et gymnastique respiratoire*. G. Steinhil, édit.
- Dufestel.** — Les moyens d'enrayer la tuberculose à l'école primaire. *Médecine scolaire*, n° 6.
- Dufestel.** — L'accroissement de la taille chez les enfants pratiquant la gymnastique dite de plancher. *Clinique infantile*, 15 mai 1907.
- Dufestel.** — L'éducation physique à l'école primaire *Pédiatrie pratique*, 1^{er} et 15 fév. 1908.
- Dufestel.** — *Hygiène scolaire*. Paris, Doin, 1909.
- Dufestel.** — *Guide pratique du médecin-inspecteur des écoles*. Paris, Doin, 1910.
- Derné** (Lieut.-Colonel). — *Manuel de gymnastique éducative et corrective*.
- Duprat.** — *Education physique à l'école primaire*. Bordeaux, Imp. Gounouilhau, 1894.
- Educateur moderne* (L'), Directeur Gabriel COMPAYRÉ. Henri Paulin, édit.
- Fabre (Léonce).** — L'éducation physique chez l'étudiant américain. *Revue scientifique*, 18 juin 1909, p. 782.
- Fleury (M. de).** — *Le corps et l'âme de l'enfant*, 1900.
- Fleury (M. de).** — *Nos enfants au collège*, 1905.
- Gaud (Edouard).** — *De l'aération et de la sédentarité dans les lycées d'internes*. Thèse de Paris, 1889.
- Gilbert et Carnot.** — Bibliothèque de thérapeutique physiothérapie : *Kinésithérapie. Massage. Mobilisation. Gymnastique*, par P. CARNOT, DAGRON, DUCROQUET, NAGEOTTE-WILBOUCHEWITCH, CAUTRU, BONNART.
- Gley.** — *Etude expérimentale sur l'état du pouls carotidien, pendant le travail intellectuel*. Paris 1881.
- Godin.** — *Recherches anthropométriques sur la croissance des diverses parties du corps, détermination de l'adolescent, type aux différents âges pubertaires*, 1903.
- Grousset (Pascal).** — *La vie de collège dans tous les pays en Angleterre*, 1880.
- Guermonprez.** — *Gymnastique respiratoire*. Paris, Rousset, 1907.

- Guibert.** — *Rapport au nom de la 4^e Commission sur la réorganisation du service de l'inspection médicale des écoles de la ville de Paris.*
- Guyau (M.).** — *Education et hérédité.* Paris, Alcan, 1889.
- Gymnastique française* (La), organe de l'Union des professeurs de gymnastique de France.
- Hébert.** — *L'éducation physique raisonnée.* Préface de G. DEMENY, Paris, Vuibert et Nony, s. d.
- Hillairet.** — *Rapport sur l'enseignement de la gymnastique dans les lycées,* 1869.
- Huleux.** — *Contribution à l'étude de la tuberculose à l'école et quelques points de sa prophylaxie.* Thèse de Paris, 1907-1908.
- Humbert (Charles).** — *Le muscle obligatoire.* *Grande Revue,* 25 janvier 1909.
- Hutinel.** — *Les maladies des enfants.* Paris, Asselin et Houzeau, 1909.
- Jusserand.** — *Les sports et les jeux d'exercice dans l'ancienne France,* Paris, Plon, 1901.
- Lachaud.** — *Rapport fait au nom de la Commission de l'armée chargée d'examiner:* 1^o *Le projet de loi sur la préparation militaire;* 2^o *La proposition de loi de M. MAURICE BERTEAUX et plusieurs de ses collègues sur la préparation militaire de la jeunesse.*
- Lafeuille.** — *Exercices physiques. Education physique in Traité d'hygiène,* BROUARDEL et MOSNY. Fasc. III.
- Lafontaine.** — *Essai sur l'organisation du service médical et sur le rôle du médecin dans les établissements scolaires d'Internat.* Thèse de Paris. G. Steinheil, 1908-1909.
- Lagneau (Gustave).** — *Du surmenage intellectuel et de la sédentarité dans les écoles.*
- Lagrange.** — *Physiologie des exercices du corps.* Paris, Alcan, 1888.
- Lagrange.** — *Hygiène de l'exercice chez les enfants et les jeunes gens.* Paris, Alcan, 1890.
- Lagrange.** — *La médication par l'exercice,* 1894.
- Lagrange.** — *Rôle hygiénique de l'exercice musculaire.*
- Lahy.** — *Modification des échanges nutritifs chez l'homme, sous l'influence de la fatigue musculaire.* *Revue scientifique,* 18 et 24 février, 4 mars 1905.
- Laisné (Napoléon).** — *Projet de formation d'une Ecole normale de gymnastique générale, présenté au ministère de l'Instruction publique,* le 17 février 1865. Paris, Hachette, 1868. Broch. in-8°, 16 pages.

- Laisné** (Napoléon). — *Applications de la gymnastique à la guérison de quelques maladies avec des observations sur l'enseignement actuel de la gymnastique*. Paris. P. Bernheim, 1880.
- Laurent**. — *Précis d'éducation physique moderne*. Vigot, 1906.
- Le Bon** (Gustave). — *Psychologie de l'Education*. Paris, Flammarion, 1908.
- Legendre**. — Quel part revient au médecin dans l'éducation et l'instruction. *Revue prat. d'obstétrique et de pédiatrie*, août-sept., 1901.
- Leplat**. — *Le médecin et l'éducation*. Thèse de Paris, 1902-1903.
- Mac-Auliffe** (Mac). — *La thérapeutique physique d'autrefois*. Masson, édit. 1904.
- Mairet**. — *Le travail intellectuel et les fonctions de l'organisme*. Montpellier. Coulet, 1907.
- Maneuvrier**. — *De l'éducation de la volonté par les exercices physiques*. Conférence faite le 1^{er} mai 1890, à l'école Monge. Paris, Chaix, 1890.
- Maneuvrier**. — Les associations athlétiques dans l'enseignement secondaire. Rapport présenté à la commission. (Extrait de la *Revue internat. de l'enseignement* du 15 décembre 1894).
- Mangenot**. — *L'Inspection hygiénique et médicale des écoles*. Paris, Masson, 1887.
- Manuel d'exercices physiques et de Jeux scolaires**. (Ministère de l'Instruction publique). Paris, Hachette, 1909.
- Marey**. — *La machine animale*. Paris, Baillière, 1878.
- Marey**. — Mémoires et documents scolaires publiés par le *Musée pédagogique*, fasc. 49, 87.
- Martinet et Desfosses**. — *Les agents physiques usuels*. Masson, 1909.
- Mathieu**. — La question du surmenage scolaire. *Arch. int. d'hygiène scolaire*, IV.
- Mathieu**. — *Conférences du Laboratoire d'hygiène scolaire*, 1909.
- Mosso**. — *Les exercices physiques et le développement intellectuel*. Paris, Alcan, 1903.
- Mosso**. — *La fatigue intellectuelle et physique*. Paris, Alcan, 1908.
- Nageotte-Wilbouchewitch**. — *Kinésithérapie vertébrale*. (Bibliothèque de thérapeutique de GILBERT et CARNOT. Physiothérapie, Kinésithérapie, 1^{re} série : agents thérapeutiques). Paris, Baillière, 1909.
- Nayrac** (Jean-Paul). — *Physiologie et psychologie de l'attention*. Paris, Alcan, 1906.

- Paz.** — *La gymnastique raisonnée. Moyen infaillible de prévenir les maladies et de prolonger l'existence.* Paris, Hachette.
- Philippe.** — In DEMENY et RACINE. *Cours théorique et pratique d'éducation physique*, 2^e édit. Alcan, 1907.
- Philostrate.** — *Sur la gymnastique.* Traduction MYNOS 1858. Traduction DAREMBERG, 1858.
- Racine.** — Les jeux à l'école. *Educateur moderne*, 1907, p. 248.
- Rey.** — *Psychologie et Philosophie.* Paris, Edouard Cornely, 1908.
- Ribot.** — *Les maladies de la mémoire.*
- Ribot.** — *Les maladies de la volonté.* Paris, Baillière, 1883.
- Roger.** — *Education physique dans la famille et à l'école.* Th. de Paris, 1902-1903.
- Rouhet.** — *Recherches expérimentales sur les effets physiologiques de la gymnastique et sur l'entraînement.* Th. de Paris, 1881.
- Rousseau (J.-J.).** — *Emile.*
- Saint-Cyr (Ch.).** — *Le sport éducateur social.*
- Sehé.** — *Projet de création d'une école normale civile de gymnastique,* 1887.
- Spencer (Herbert).** — *L'éducation intellectuelle morale et physique.*
- Tissié.** — *L'Education physique au point de vue historique, scientifique, technique, critique, pratique et esthétique,* 1901.
- Tissié.** — Education physique in *Revue scientifique.* Mai-juin, 1903. Février, 1904. Mai. 1905. Février 1906.
- Tissot.** — *Gymnastique médicale et chirurgicale ou essai sur l'utilité du mouvement eu des différents exercices du corps et du repos dans la cure des maladies,* 1780.
-

TABLE DES MATIÈRES

AVANT-PROPOS	7
 CHAPITRE I. — Nécessité des exercices physiques dans les écoles.	
Vie sédentaire de l'enfant à l'école. — Résultats funestes de la vie sédentaire sur l'organisme. — Remède : Exercices physiques des enfants à l'école.....	11
 CHAPITRE II. — Utilité des exercices physiques à l'école.	
Influences des exercices sur les facultés cérébrales. — Bonne influence sur la volonté et l'intelligence : attention, mémoire. — Mécanisme et physiologique de cette influence. — Exemples tirés de l'étude de la nation grecque de la vie des grands hommes, des lycées et écoles. — Mauvaise influence du surmenage physique sur le travail intellectuel et la moralité de l'individu. — But à atteindre : Harmonie entre la culture intellectuelle et la culture physique.....	38
 CHAPITRE III. — Historique.	
Organisation de la gymnastique dans les établissements d'enseignement (1791-1910). — Lois. — Décrets. — Réglements. — Arrêtés. — Circulaires.....	75
 CHAPITRE IV. — État actuel de l'enseignement de la gymnastique.	
Enseignement primaire, secondaire et supérieur. — Son insuffisance. — Causes et remèdes.....	101
 CHAPITRE V. — Du professeur de gymnastique.	
Du recrutement des professeurs de gymnastique. — Les instituteurs à Joinville. — Qualités que doivent posséder les professeurs de gymnastique, instruction générale, savoir scientifique et pédagogique. — Etablissement d'un institut d'Education physique.....	127

CHAPITRE VI. — Du médecin scolaire.

HISTORIQUE. — Rôle du médecin scolaire au point de vue de l'éducation physique. — Fiche scolaire. — Classement physiologique des élèves. — Examen trimestriel et constatation des résultats. — Place du médecin dans l'éducation physique.....	149
CONCLUSIONS.....	173
INDEX BIBLIOGRAPHIQUE.....	179

VU :

Le Doyen,

LANDOUZY

VU :

Le Président de la thèse,

HUTINEL.

Vu et permis d'imprimer :

Le Vice-Recteur de l'Académie de Paris,

L. LIARD.